

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)**

**LOKASI**

**SMA NEGERI 1 KASIHAN**

**Jl. Bugisan Selatan, Tirtonirmolo, Kasihan, Bantul,**

**Daerah Istimewa Yogyakarta**

**10 Agustus-12 September 2015**

**Dosen Pembimbing Lapangan (DPL):**

Dr. Muhammad Nur Wangid, M. Si

NIP.



**Oleh :**

**SANGAJI DWI SAPUTRA**

**NIM. 12104244018**

**JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2015**



## **LEMBAR PENGESAHAN**

## **MOTO**

***“Sopan Santun Menjadikanmu Manusia”***

***“Impian Tidak Selalu Harus Dibayar Lunas, Alias Bisa Dicicl. Kabar Baiknya,  
Kita Bisa Mencicilnya Sekarang”***



## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan kegiatan PPL di SMA Negeri I Kasihan yang dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus s/d 12 September 2015 dan akhirnya saya dapat menyelesaikan laporan PPL ini.

Pelaksanaan PPL ini dapat terlaksana dengan baik dan berjalan dengan lancar berkat kerjasama yang baik dari pihak-pihak yang terkait. Oleh karena, itu saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Rochmat Wahab, M. A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Lembaga Pengembangan dan Penjamin Mutu Pendidikan (LPPMP) atas kerjasamanya selama pelaksanaan PPL.
3. Dr. Muhammad Nur Wangid, M. Si., selaku Dosen Pembimbing PPL Prodi Bimbingan dan Konseling yang telah mengarahkan kami selama proses PPL di sekolah.
4. Drs. Isdarmoko, M.Pd., M.M. Par selaku kepala sekolah SMA Negeri I Kasihan yang telah memberikan kami izin untuk melaksanakan kegiatan PPL.
5. Agung Istianto, M.Pd selaku Koordinator PPL SMA Negeri I Kasihan yang telah banyak memberikan kami informasi, bimbingan, pengarahan dan motivasi.
6. Ibu Hartuti, S. Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri I Kasihan yang telah memberikan banyak bimbingan selama PPL.
7. Seluruh guru dan karyawan SMA Negeri I Kasihan atas kerjasamanya.
8. Seluruh siswa-siswi SMA Negeri I Kasihan.
9. Seluruh mahasiswa PPL UNY 2015 di SMA Negeri I Kasihan atas kerjasama, kekompakan dan kebersamaannya.
10. Seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan ini, yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

Saya menyadari bahwa laporan PPL ini masih banyak kekurangan sehingga jauh dari sempurna, oleh karena itu saya mengharapkan kritik dan saran agar laporan ini menjadi lebih baik.

Penyusun berharap, semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi pihak yang membutuhkan.

Bantul, 15 September 2015

Penyusun

Sangaji Dwi Saputra

## DAFTAR ISI

	Hal.
Halaman Judul .....	i
Lembar Pengesahan .....	ii
Moto.....	iii
Kata Pengantar .....	iv
Daftar Isi .....	v
Daftar Lampiran .....	vi
Abstrak .....	vii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Alasan Praktik Pengalaman Lapangan BK .....	1
B. Tujuan Praktek Pengalaman Lapangan BK .....	1
C. Tempat dan Subjek Praktik Lapangan BK .....	2
D. Materi Praktik yang Akan Dilaksanakan .....	13
 <b>BAB II PELAKSANAAN DAN HASIL</b>	
A. Praktik Persekolahan .....	18
B. Praktik Bimbingan dan Konseling di Sekolah .....	19
C. Hambatan Pelaksanaan PPL dan Solusi .....	31
 <b>BAB III PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	33
B. Saran .....	35
 Daftar Pustaka .....	 36
Lampiran .....	37

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1.	Matrik Program Bulanan PPL UNY BK 2015
Lampiran 2.	Laporan Mingguan PPL UNY 2015
Lampiran 3.	Kartu Bimbingan PPL UNY 2015
Lampiran 4.	Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
Lampiran 5.	Laporan Bimbingan Kelompok
Lampiran 6.	Laporan Hasil DCM Kelas VII
Lampiran 7.	Laporan Hasil Sosiometri
Lampiran 8.	Laporan Hasil Konseling Individu
Lampiran 9.	Laporan Hasil Konseling Kelompok
Lampiran 10.	Dokumentasi Kegiatan

## **ABSTRAK**

### **Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) SMA Negeri 1 Kasihan**

**Oleh :**

**Sangaji Dwi Saputra  
12104244018**

Praktik pengalaman lapangan bidang bimbingan dan konseling, bertujuan agar mahasiswa dapat mempraktekkan teori yang diperoleh selama kuliah, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menunjukkan semua kompetensi yang telah dimiliki, dan mahasiswa memperoleh pengalaman nyata khususnya tentang pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Pelaksanaan dilaksanakan mulai tanggal 10 agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015.

Kegiatan PPL secara intensif dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2015 bersamaan dibukanya tahun ajaran baru 2015-2016 yang meliputi praktik BK di sekolah dan praktik persekolahan. Praktik memberikan layanan bimbingan dan konseling didampingi guru pembimbing bidang bimbingan dan konseling. Praktik bimbingan dan konseling memiliki 4 ruang lingkup materi, diantaranya: pelayanan dasar, pelayanan responsive, perencanaan individual, dan dukungan system. Dalam praktik memberikan layanan klasikal, praktikan menyiapkan rencana pelaksanaan bimbingan dan konseling (RPL BK) dan media yang digunakan. Pelaksanaan PPL memerlukan persiapan baik materi layanan, pengolahan kelas, dan pengolahan waktu. Sebagai langkah awal dalam pelaksanaan perlu diadakan observasi terlebih dahulu di dalam kelas dan bimbingan dengan guru pembimbing, maka Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dapat dilaksanakan.

Hasil kegiatan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah yaitu mahasiswa praktikan mendapatkan kesempatan untuk menyelenggarakan kegiatan pelayanan dasar, pelayanan responsive, perencanaan individual, dan dukungan sistem. Kegiatan-kegiatan layanan dasar, diantaranya: bimbingan klasikal, layanan orientasi, memberikan berbagai layanan informasi, dan penyelenggaraan instrumentasi. Kegiatan yang dapat dilaksanakan oleh praktikan berkaitan dengan aspek pelayanan responsive, diantaranya: konseling individual, konseling kelompok, *case conference*, *home visit*, dan kolaborasi dengan wali kelas. Pelaksanaan perencanaan individual terintegrasi dalam kegiatan layanan klasikal bidang bimbingan karir. Dukungan sekolah sangat positif terhadap pelaksanaan bimbingan dan konseling yang ditandai dengan pemberian jam masuk kelas.

*Keyword : Bimbingan & Konseling, PPL UNY 2015, SMA N I KASIHAN*



## **ABSTRAK**

### **Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) SMA Negeri 1 Kasihan**

**Oleh :**

**Sangaji Dwi Saputra  
12104244018**

Praktik pengalaman lapangan bidang bimbingan dan konseling, bertujuan agar mahasiswa dapat mempraktekkan teori yang diperoleh selama kuliah, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menunjukkan semua kompetensi yang telah dimiliki, dan mahasiswa memperoleh pengalaman nyata khususnya tentang pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Pelaksanaan dilaksanakan mulai tanggal 10 agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015.

Kegiatan PPL secara intensif dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2015 bersamaan dibukanya tahun ajaran baru 2015-2016 yang meliputi praktik BK di sekolah dan praktik persekolahan. Praktik memberikan layanan bimbingan dan konseling didampingi guru pembimbing bidang bimbingan dan konseling. Praktik bimbingan dan konseling memiliki 4 ruang lingkup materi, diantaranya: pelayanan dasar, pelayanan responsive, perencanaan individual, dan dukungan system. Dalam praktik memberikan layanan klasikal, praktikan menyiapkan rencana pelaksanaan bimbingan dan konseling (RPL BK) dan media yang digunakan. Pelaksanaan PPL memerlukan persiapan baik materi layanan, pengolahan kelas, dan pengolahan waktu. Sebagai langkah awal dalam pelaksanaan perlu diadakan observasi terlebih dahulu di dalam kelas dan bimbingan dengan guru pembimbing, maka Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dapat dilaksanakan.

Hasil kegiatan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah yaitu mahasiswa praktikan mendapatkan kesempatan untuk menyelenggarakan kegiatan pelayanan dasar, pelayanan responsive, perencanaan individual, dan dukungan sistem. Kegiatan-kegiatan layanan dasar, diantaranya: bimbingan klasikal, layanan orientasi, memberikan berbagai layanan informasi, dan penyelenggaraan instrumentasi. Kegiatan yang dapat dilaksanakan oleh praktikan berkaitan dengan aspek pelayanan responsive, diantaranya: konseling individual, konseling kelompok, *case conference*, *home visit*, dan kolaborasi dengan wali kelas. Pelaksanaan perencanaan individual terintegrasi dalam kegiatan layanan klasikal bidang bimbingan karir. Dukungan sekolah sangat positif terhadap pelaksanaan bimbingan dan konseling yang ditandai dengan pemberian jam masuk kelas.

*Keyword : Bimbingan & Konseling, PPL UNY 2015, SMA N I KASIHAN*



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Alasan Praktik**

PPL BK Di Sekolah yang memiliki bobot 3 SKS merupakan mata kuliah wajib lulus bagi mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling (BK) Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB). Sehubungan dengan hal itu, praktek Bimbingan dan Konseling merupakan suatu kegiatan yang wajib dilaksanakan oleh setiap mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling, karena praktek Bimbingan dan Konseling merupakan media untuk menerapkan segala hal yang telah diperoleh di bangku kuliah pada dunia praktis. Kegiatan ini merupakan keterpaduan antara teori dan praktek yang sekaligus merupakan bagian integral dalam rangka pembentukan konselor profesional.

PPL Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan kegiatan intrakurikuler yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa. Hal ini penting dilakukan karena kegiatan ini berguna untuk meningkatkan keterampilan dan pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk program layanan dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan bidang BK yang profesional.

Selain itu, kegiatan ini berguna untuk untuk menyiapkan alumni program studi Bimbingan dan Konseling dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya kelak sebagai guru pembimbing dalam rangka membantu tercapainya tujuan pendidikan.

Untuk tercapainya tujuan tersebut, maka mahasiswa diterjunkan ke sekolah dalam jangka waktu tertentu untuk mengamati, mengenal dan mempraktekan semua kompetensi yang layak atau wajib dilakukan oleh seorang guru pembimbing yang sadar akan tugas dan tanggung jawabnya sebagai tenaga profesional dalam bidang Bimbingan dan Konseling dalam dunia pendidikan.

#### **B. Tujuan Praktik**

Praktik Bimbingan dan Konseling bertujuan agar mahasiswa dapat mempraktekan teori yang diperoleh selama kuliah, sehingga memperoleh ketrampilan khusus sesuai dengan keahlian dalam profesi Bimbingan dan Konseling.

Selain itu, praktik Bimbingan dan Konseling memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menunjukkan semua kompetensi yang telah dimiliki dengan arahan dari dosen pembimbingan praktik pengalaman lapangan.

PPL BK di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh pengalaman nyata khususnya tentang pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di sekolah, dan umumnya tentang proses pembelajaran siswa serta kegiatan kependidikan



lainnya, sehingga mahasiswa dapat menggunakan pengalamannya sebagai bekal untuk membentuk profesi konselor di sekolah (guru pembimbing) yang profesional.

### **C. Tempat dan Subjek Praktik**

Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu Perguruan Tinggi Negeri sebagai pencetak generasi muda yang cerdas, tangguh, dan berkarakter, serta melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Hal ini diwujudkan dalam pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata dan Praktik Pengalaman Lapangan. Program ini merupakan suatu program untuk membentuk karakter lulusan yang mandiri menghadapi kehidupan bermasyarakat yang sesungguhnya.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta 2015 yang merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang diperoleh selama kuliah dalam kehidupan nyata di sekolah. Selain itu juga merupakan salah satu kegiatan latihan kependidikan bersifat intrakurikuler yang dilaksanakan oleh mahasiswa dari program studi kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. Dalam hal ini, praktek mengajar dan kegiatan akademik lainnya tercakup dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang profesional.

Pendidikan merupakan suatu modal pengembangan pola pikir untuk membentuk mental mahasiswa sebagai seorang pendidik. Sebagai generasi pendidik, mahasiswa diharapkan dapat kritis dalam menyikapi masalah-masalah di dunia pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta sebagai lembaga pencetak calon-calon pendidik berharap bahwa melalui program-program praktik, mahasiswa dapat memperoleh pengalaman sebelum terjun langsung menjalankan profesinya sebagai tenaga pendidik.

Program PPL dilaksanakan dalam wujud penerjunan langsung mahasiswa-mahasiswa ke sekolah untuk mengenalkan rutinitas nyata yang terjadi di lingkungan sekolah. Selain itu, program ini juga mempersiapkan tenaga pendidik yang akan menjadi generasi pencerah bangsa Indonesia dengan mendedikasikan diri sebagai guru yang profesional. Di sekolah, mahasiswa akan belajar bagaimana menjadi guru yang baik dengan proses mengamati, menyaring informasi, belajar, dan mempraktikkan ilmu yang didapat untuk mengabdikan diri kepada bangsa dan negara dalam mencerdaskan generasi penerus bangsa. Menjadi insan berbudi, bernurani, dan mandiri merupakan tujuan yang ingin dicapai oleh UNY sebagai wadah pendidikan pembentuk karakter mulia tersebut. Oleh sebab itu, adanya program PPL ini diharapkan mampu mewujudkan insan pendidik yang berkarakter mandiri, bernurani, dan berbudi.

Berkaitan dengan hal itu, maka peserta PPL melakukan kegiatan observasi pada sekolah yang ditunjuk oleh UNY sebagai sekolah pengampu. Peserta PPL melaksanakan observasi untuk mengetahui kondisi fisik ataupun non-fisik, juga kegiatan praktik belajar mengajar yang berlangsung sehingga dapat diketahui potensi-potensi yang dimiliki sekolah. Observasi tersebut dimaksudkan agar peserta PPL dapat mempersiapkan program-program kegiatan yang akan dilaksanakan dalam PPL sehingga sesuai dengan program-program yang dibutuhkan sekolah. Dalam kesempatan ini, sekolah yang ditunjuk menjadi sekolah pengampu bagi mahasiswa program PPL adalah SMA Negeri 1 Kasihan. Dengan adanya kegiatan observasi sekolah, maka didapat beberapa informasi terkait dengan SMA N 1 Kasihan.

Adapun hal-hal yang berkaitan dengan SMA Negeri 1 Kasihan adalah sebagai berikut.

### **1. Sejarah Singkat**

SMA Negeri 1 Kasihan atau biasa disebut SMA Negeri Tirtonirmolo adalah sekolah yang berada di kawasan Kabupaten Bantul Utara, daerah perbatasan Kota, tepatnya di Jalan Bugisan Selatan Yogyakarta. SMA Negeri 1 Kasihan didirikan berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No.0292/O/1978 tertanggal 2 September 1978 berlaku surat terhitung 1 April 1978.

SMA Negeri 1 Kasihan pada awal berdirinya menerima 80 siswa dibagi dalam dua kelas, dengan guru tetap sebanyak 7 orang, dan dibantu dengan guru-guru dari SMA Negeri 1 Yogyakarta. Berhubung pada waktu itu sekolah ini belum memiliki gedung sendiri, maka untuk sementara waktu dititipkan di SMA Negeri 1 Yogyakarta. Pada tanggal 11 Maret 1979, SMA Negeri Tirtonirmolo menempati gedung sendiri, dengan alamat Jalan Bugisan Selatan Yogyakarta Pos Kasihan 55181. Berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 035/O/1997 tanggal 7 Maret 1997, terjadi perubahan nama menjadi SMA Negeri 1 Kasihan.

### **2. Letak Geografis**

Uraian letak geografis SMA Negeri 1 Kasihan dengan rinci dijelaskan sebagai berikut.

a. Luas tanah = 9.813 m<sup>2</sup> + membeli kas desa 1.325 m<sup>2</sup>

b. Batas :

- 1) Sebelah utara : perkampungan penduduk
- 2) Sebelah selatan : jalan / gang kampung
- 3) Sebelah timur : jalan / gang kampung

4) Sebelah barat : jalan / gang kampung

c. Letak :

Dusun : Tegal Senggotan (RT 02)

Desa : Tirtonirmolo

Kecamatan : Kasihan

Kabupaten : Bantul

### 3. Kepala Sekolah

No.	Tahun	Nama	Keterangan
1	1978-1979	Drs. Soemardji	Pejabat Sementara / Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Yogyakarta
2	1979-1981	R. Sutopo Darmosasmito	
3	1981-1984	Drs. A. Sulistyono	
4	1984-1986	Drs. Soekemi	
5	1986-1987	Drs. Soemardji	Pejabat Sementara / Ka. Bidang PMU
6	1987-1989	Drs. Soejadi	
7	1989-1990	Moch. Kukuh Hardjono, B.A.	PLh
8	1990-1992	Drs. Samidjo	
9	1992-1993	Drs. Ig. Ramelan	PLh
10	1993-1995	Drs. Ngabdurrochim	
11	1995-1997	R. Suhardjo, B.A.	
12	1997-2001	Dra. S. Sumarlinah	
13	2001-2008	Drs. Edy Suhartoyo, M.M.	
14	2008-2009	Suwito, M.Pd.	

15	2009-2015	Drs. H. Suharja, M.Pd.	
16	2015-Sekarang	Drs. Isdarmoko, M.Pd.M.MPar	Pelaksana Tugas/Kepala Sekolah SMAN 2 Bantul

#### 4. Visi SMA N 1 Kasihan

Visi yang dijunjung oleh SMA Negeri 1 Kasihan adalah: “Bertaqwa, Berprestasi, Berkepribadian, dan Ramah Lingkungan”.

- Bertaqwa, artinya meyakini keberadaan Tuhan Yang Maha Esa dan mengamalkan perintah-Nya, menjauhi larangan-Nya sesuai dengan keyakinan agama yang dianut.
- Berprestasi, artinya memiliki keunggulan baik di bidang akademik maupun non-akademik di tingkat nasional dan global.
- Berkepribadian, artinya memiliki sikap yang baik sesuai dengan 20 nilai akhlaq mulia baik di lingkungan sekolah maupun di masyarakat.
- Ramah lingkungan, artinya memiliki sikap yang peduli terhadap lingkungan di sekitar sekolah maupun di masyarakat.

#### 5. Misi SMA N 1 Kasihan

- Menumbuhkan penghayatan dan pengamalan agamanya, sehingga kehidupan beragama di sekolah dapat tercipta manusia yang agamis penuh toleransi.
- Menumbuhkan semangat berprestasi baik akademik maupun non akademik dengan pembinaan, pendampingan, dan pembimbingan dalam kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler sesuai dengan minat dan bakat siswa, sehingga dapat bersaing di tingkat nasional maupun global.
- Membina, mendidik, mengarahkan, dan memberi contoh implementasi 20 nilai-nilai akhlaq mulia dalam kegiatan sehari-hari di sekolah, sehingga siswa dapat memiliki dan menerapkan nilai-nilai akhlaq mulia dalam kehidupan sehari-hari.
- Membina, mendidik, mengarahkan, dan memberi contoh implementasi sikap ramah lingkungan dalam kegiatan sehari-hari di sekolah, sehingga siswa dapat memiliki dan menerapkan sikap ramah lingkungan dalam kehidupan sehari-hari.

SMA Negeri 1 Kasihan merupakan Sekolah Menengah Atas dengan akreditasi A.

## 6. Fasilitas dan Sarana Prasarana

Berikut merupakan data sarana dan prasarana SMA Negeri 1 Kasihan:

No.	Sarana/ Prasarana	Kuantitas
1	Ruang Kelas	24
2	R. Perpustakaan	1
3	Ruang Guru	1
4	Ruang Kepala Sekolah	1
5	Ruang TU	1
6	Ruang BK	1
7	Ruang UKS	1
8	Ruang Wakil Kepala Sekolah	1
9	Masjid	1
10	Ruang Agama Katolik	1
11	Ruang Agama Kristen	1
12	Laboratorium Fisika	1
13	Laboratorium Biologi	1
14	Laboratorium Kimia	1
15	Laboratorium Komputer	1
16	Laboratorium Multi Media	1
17	Laboratorium Bahasa	1
18	Laboratorium IPS	1
19	Studio Musik	1
20	Ruang Tari	2
21	Kantor Dewan Sekolah	1

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Kasihan, dapat ditarik sebuah kesimpulan yaitu sarana maupun prasarana yang menunjang kegiatan belajar mengajar telah tersedia cukup lengkap. Dengan adanya kelengkapan sarana dan prasarana yang ada di SMA Negeri 1 Kasihan, peserta didik dapat diarahkan menjadi insan yang berwawasan luas, tanggap, dan mandiri.

## 7. Perkembangan SMA N 1 Kasihan

Berikut rincian jumlah siswa, guru, dan karyawan di SMA Negeri 1 Kasihan:

a. Jumlah siswa: 687 orang

Kelas X = 8 kelas = 223 (L: 82, P : 141)

Kelas XI = 8 kelas = 234 (L : 93, P : 141)

Kelas XII = 8 kelas = 230 (L : 91, P : 139)

b. Jumlah Guru: 63 orang

PNS = 54 orang

GTT = 9 orang

c. Jumlah Karyawan: 29 orang

PNS = 10 orang

PTT = 19 orang

Tenaga pengajar dan karyawan di SMA Negeri 1 Kasihan terdiri dari Kepala Sekolah yaitu Bapak Drs. Isdarmoko, M.Pd. M.Par, Guru Tetap (PNS) dan Guru Tidak Tetap (GTT), serta Tenaga Administrasi Tetap dan Tidak Tetap.

SMA Negeri 1 Kasihan merupakan salah satu sekolah menengah atas kelompok IPA dan IPS yang menerapkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) untuk kelas XII dan Kurikulum 2013 untuk kelas X. Kualifikasi akademik guru SMA Negeri 1 Kasihan adalah guru harus memiliki kualifikasi akademik pendidikan minimum diploma empat (D-IV) atau sarjana (S1) program studi sesuai dengan mata pelajaran yang diajarkan atau diampu, dan diperoleh dari program studi yang terakreditasi.

## 8. Kondisi Guru

*Background* pendidikan guru yang ada di SMA Negeri 1 Kasihan berkaitan dengan bidang studi yang diajarkan, dapat dikatakan sesuai dengan bidang yang diampunya. Staf pengajar yang ada di SMA Negeri 1 Kasihan sebagian besar adalah sarjana strata 1 (S1) dan beberapa staf pengajar telah menempuh jenjang strata 2 (S2) dari beberapa perguruan tinggi yang ada di Indonesia. Dengan melihat kondisi tersebut, dapat dikatakan bahwa tenaga pendidik yang tersedia sudah memenuhi standar pendidik yang baik, guru mengampu mata pelajaran sesuai dengan *background* pendidikan yang telah ditempuh. Sehingga dengan kesesuaian mata pelajaran yang diampu tersebut, guru dapat menjalankan tugas sebagai pendidik yang baik guna mencerdaskan anak didiknya.

Tugas dan tanggung jawab guru di SMA Negeri 1 Kasihan:

a. Membuat program pengajaran, meliputi:

- 1) Analisis materi pembelajaran
- 2) Membuat program tahunan/semester
- 3) Membuat satuan program pengajaran
- 4) Membuat rencana praktek pembelajaran
- 5) Membuat program mingguan kerja

- 6) Serta membuat Lembar Kerja Siswa
- b. Melaksanakan kegiatan pembelajaran
- c. Melaksanakan kegiatan penilaian belajar, ulangan harian, semester/tahunan
- d. Melakukan analisis ulangan harian
- e. Menyusun dan melaksanakan program perbaikan dan pengayaan
- f. Mengisi daftar nilai
- g. Melaksanakan kegiatan membimbing guru dalam kegiatan proses belajar-mengajar
- h. Membuat alat pelajaran/alat peraga
- i. Menciptakan karya seni
- j. Mengikuti kegiatan pengembangan dan permasyarakatan kurikulum
- k. Melaksanakan tugas tertentu di sekolah
- l. Mengadakan pengembangan bidang pengajaran yang menjadi tanggung jawabnya
- m. Membuat catatan tentang kemajuan hasil belajar masing-masing
- n. Meneliti daftar hadir siswa sebelum memulai pelajaran
- o. Mengatur kebersihan ruang kelas dan ruang praktikum
- p. Mengumpulkan dan menghitung angka kredit untuk kenaikan peringkatnya

Daftar nama guru SMA Negeri 1 Kasihan

No	Nama	Jabatan
1.	Drs. Isdarmoko, M.Pd. M.Par	Kepala Sekolah
2.	Hj. Esti Nur Pardijati, S.Ag.	Guru mata pelajaran
3.	Drs. H. Sarjiman	Guru mata pelajaran
4.	Rusdiyana, S.Th.	Guru mata pelajaran
5.	L. Nurpartana, S.Pd.	Guru mata pelajaran
6.	Dra. Dyah Suryaningsih, M.Pd.	Guru mata pelajaran
7.	Fitriani Sulastri, S.Pd.	Guru mata pelajaran
8.	Drs. Sugiharja	Guru mata pelajaran
9.	Tavip Wahyudi R., M.Pd.	Guru mata pelajaran
10.	Dra. Hj. Bintarti	Guru mata pelajaran

11.	Dra. Elise Yudiastuti, M.Pd.	Guru mata pelajaran
12.	Tri Suprpti, S.Pd.	Guru mata pelajaran
13.	Drs. Ign. Raharjono	Guru mata pelajaran
14.	Drs. Gunardi	Guru mata pelajaran
15.	Triyani Pancawati, S.Pd.	Guru mata pelajaran
16.	Sriyati, S.E., M.Acc.	Guru mata pelajaran
17.	Novianti, S.Pd.	Guru mata pelajaran
18.	Marjono	Guru mata pelajaran
19.	Pujiyanto, S.Pd.	Guru mata pelajaran
20.	Dwi Muryati Handayani, S.Pd.	Guru mata pelajaran
21.	Kadar Wahyuni, S.Pd	Guru mata pelajaran
22.	Fx. Wintala, S.Pd.	Guru mata pelajaran
23.	Budiyono, S.Pd.	Guru mata pelajaran
24.	Hj. Ni Made Asri, S.Sn.	Guru mata pelajaran
25.	Farida Umi Nugrahini, S.Sn.	Guru mata pelajaran
26.	Dra. Witri Astuti	Guru mata pelajaran
27.	Mastri Wardhani Dwi S., S.Pd.	Guru mata pelajaran
28.	Drs. Subur Sutoto	Guru mata pelajaran
29.	Sumarno, M.Pd.	Guru mata pelajaran
30.	Sugiyanto, S.Pd.	Guru mata pelajaran
31.	Hj. Evelina, M.Pd.	Guru mata pelajaran
32.	Sumiyati, S.Pd.	Guru mata pelajaran
33.	Sulastri, S.Pd.	Guru mata pelajaran
34.	Yuliantara, M.Pd.	Guru mata pelajaran
35.	Drs. Rachmad Basuki	Guru mata pelajaran
36.	Agung Istianto, M.Pd.	Guru mata pelajaran
37.	Tri Hartanti, S.Pd., M.Sc.	Guru mata pelajaran



38.	Purwadi, S.Si.	Guru mata pelajaran
39.	Bambang Edy Yulianto W.	Guru mata pelajaran
40.	Surahmi, M.Pd.	Guru mata pelajaran
41.	Alim Yani, S.Pd.	Guru mata pelajaran
42.	Farida Ariyani, S.Pd.	Guru mata pelajaran
43.	Saifudin, S.Ag., M.Sq.	Guru mata pelajaran
44.	Niki Retno Palupi, S.Pd.	Guru mata pelajaran
45.	Parmilah, S.Pd.	Guru mata pelajaran
46.	Ismi Fajarasih, S.Pd.	Guru mata pelajaran
47.	Arsianti Widyaningsih, S.Pd.	Guru mata pelajaran
48.	Puji Hastuti Andayani, S.Sos.	Guru mata pelajaran
49.	Budi Istianto, S.Kom.	Guru mata pelajaran
50.	H. M. Tsawabul Latif, S.Kom.	Guru mata pelajaran
51.	Fitriyani Astuti, S.Pd.	Guru mata pelajaran
52.	Ig. Gunawan, S.Pd.	Guru mata pelajaran
53.	Nur Rohmah, S.Pd., S.Si.	Guru mata pelajaran
54.	Subarjo, S.Pd.	Guru mata pelajaran
55.	Zumardi, S.Pd.	Guru mata pelajaran
56.	Supriyadi, S.Kom.	Guru mata pelajaran
57.	Dadang W, S.IP	Guru mata pelajaran
58.	Hartuti, S.Pd.	Guru mata pelajaran
59.	Suyanto, S.Pd.	Guru mata pelajaran
60.	Sumaryono, S.Pd.	Guru BK
61.	Dra. Hj. Rr. Sri Astuti	Guru BK
62.	Drs. Slamet Istiyana	Guru BK
63.	Hartuti, S.Pd	Guru BK

## 9. Kondisi Karyawan

Karyawan sebagai tenaga pembantu baik di bidang administrasi, bidang perlengkapan, maupun di bidang lain sangatlah penting dalam suatu instansi. Tugas karyawan adalah ikut mengatur, menyediakan dan merawat sarana prasarana agar lebih mudah jika sewaktu-waktu dibutuhkan dalam proses KBM dan dapat dilaksanakan dengan baik sesuai fungsi dan tujuan pendidikan itu sendiri.

Adapun karyawan di SMA Negeri 1 Kasihan juga mempunyai latar belakang yang berbeda-beda namun dalam praktiknya perbedaan justru menjadi pelengkap bagi petugas lain. Petugas terlihat sangat menikmati bertugas dengan penuh tanggung jawab yang ditugaskan sesuai tanggung jawab masing-masing. Berikut adalah data tenaga kependidikan yang ada di SMA Negeri 1 Kasihan.

Daftar nama karyawan SMA Negeri 1 Kasihan

NO	NAMA	TUGAS
1.	Suwartini	Staf TU
2.	Suprpto	Staf TU
3.	Sri Rahayu H. BSc	Staf TU
4.	Suti Nurhayati	Staf TU
5.	Giyatono	Staf TU
6.	Nanik Widiarti	Staf TU
7.	Mei Wandari	Staf TU
8.	Martana	Staf TU
9.	M. Jusuphadi	Staf TU
10.	Santoso	Staf TU
11.	Sunaryo	PTT
12.	Untung Aprilianto	PTT
13.	Subagyo	PTT
14.	Painah, SE	PTT
15.	Ant. Tri Hartanto	PTT
16.	Edy Trianto	PTT

17.	Ratna Puspitasari	PTT
18.	Eri Susiawan	PTT
19.	Suseno Nugroho	PTT
20.	Priyanto	PTT
21.	Nur Rohmah, SPd	PTT
22.	Indah Sulistyaningrum, Amd	PTT
23.	Suprpto P.	PTT
24.	Tris Rahmawati, S.Kom.	PTT
25.	Agus Wilujeng	PTT
26.	Edy Purnomo	PTT
27.	Subakti Harsana	PTT
28.	Robani. Amd	PTT
29.	Yuwanto	PTT

#### 10. Fasilitas Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dan Media

Fasilitas KBM yang ada sudah cukup lengkap. Fasilitas yang ada pada setiap kelas adalah meja dan kursi yang jumlahnya memadai, *whiteboard*, dan penggaris. Fasilitas juga dilengkapi dengan fasilitas LCD yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran sehingga dapat memperlancar kegiatan belajar mengajar di kelas. Selain itu, pemasangan AC di setiap ruangan membuat setiap orang yang menempati ruangan tersebut menjadi merasa lebih nyaman. Fasilitas taman yang mendukung digunakan sebagai tempat belajar di luar sehingga peserta tidak jenuh di dalam kelas dalam menerima pelajaran yang dijelaskan oleh guru mata pelajaran bersangkutan.

Penataan ruang kelas di SMA Negeri 1 Kasihan sama dengan penataan kelas pada umumnya. Pada tiap kelas terdapat tempelan poster dan atribut lain yang sesuai dengan program keahlian masing-masing yang mana sebagian besar adalah hasil kreasi siswa sendiri.

#### 11. Kegiatan Kesiswaan

Kegiatan kesiswaan yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Kasihan adalah OSIS serta ekstrakurikuler umum dan keagamaan. Semua kegiatan itu dimaksudkan agar siswa mampu meningkatkan potensi dan bakat

intelektualnya. Peserta didik berhak memilih dan mengikuti seleksi untuk menentukan kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan bakat dan potensi masing-masing peserta didik.

Kegiatan ekstrakurikuler umum yang ada di SMA Negeri 1 Kasihan antara lain adalah sebagai berikut.

- a. Pramuka
- b. Tonti
- c. Palang Merah Remaja (PMR)
- d. Patroli Keamanan Sekolah (PKS)
- e. *Cheerleader*
- f. Olahraga (Bola Voli, Bola Basket, Karate, Tenis Meja, Tenis Lapangan)
- g. Kerohanian / IRMA (Ikatan Remaja Mesjid Al-Forqon)
- h. Koperasi Sekolah (Kopsis)
- i. Komputer

## **12. Kurikulum**

Kurikulum adalah salah satu perangkat untuk mencapai tujuan pendidikan. Kurikulum yang diterapkan di SMA Negeri 1 Kasihan untuk kelas X dan XI adalah kurikulum 2013 yang baru ditetapkan oleh pemerintah pada tahun ajaran 2013/2014. Sedangkan untuk kelas XII masih diterapkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). KTSP diterapkan dalam bentuk kegiatan kurikuler yang memuat mata pelajaran dan muatan lokal.

## **D. Materi yang akan dilaksanakan**

Pemberian materi Bimbingan dan Konseling disesuaikan dengan hasil *need assessment* melalui daftar cek masalah, gejala permasalahan yang muncul dilapangan, dan usulan dari guru Bimbingan dan Konseling. Di SMA Negeri 1 Kasihan pemberian layanan klasikal sudah terjadwal dengan baik. Pemberian pelayanan dasar dalam Bimbingan dan Konseling dilakukan secara langsung melalui tatap muka dikelas selama 1x45 menit dalam seminggu pada masing-masing kelas. Pemberian layanan secara tidak langsung dilakukan melalui leaflet, dan layanan media sosial/media elektronik. Berdasarkan analisis situasi yang dilakukan maka secara umum materi praktik yang akan dilaksanakan oleh praktikan terdiri dari :

### **1. Pelayanan Dasar**

- a. Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal adalah program yang dirancang untuk melakukan kontak langsung dengan peserta didik di kelas. Praktikan memberikan bimbingan secara langsung di kelas. Bimbingan klasikal ini memungkinkan untuk memberikan bimbingan kepada sejumlah siswa sekaligus dalam satu waktu.

Bimbingan dan konseling di SMA Negeri 1 Kasihan yang masuk kelas hanya kelas X, sehingga untuk kegiatan bimbingan klasikal sedikit terbatas. Jadwal masuk kelas 1 kali tatap muka dengan 1 jam pelajaran yaitu sekitar 40 menit. Berikut kegiatan bimbingan klasikal yang dilaksanakan:

- 1) Career mapping
- 2) Peer Counseling
- 3) Prasangka Buruk
- 4) Cara mengendalikan emosi
- 5) Adaptasi
- 6) Lingkungan baru, Teman Baru
- 7) Hubungan yang baik dengan lawan jenis
- 8) Sopan Santun
- 9) Konsentrasi
- 10) Macam-macam gaya belajar

b. Pelayanan Orientasi

Pelayanan ini merupakan suatu kegiatan yang memungkinkan peserta didik dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, terutama lingkungan sekolah, untuk mempermudah atau memperlancar berperannya peserta didik di lingkungan baru.

c. Pelayanan Informasi

Pelayanan informasi adalah suatu materi kegiatan yang berupa informasi atau keterangan yang akan disampaikan kepada peserta didik yang dipandang bermanfaat bagi peserta didik. Melalui komunikasi langsung maupun tidak langsung. Layanan informasi bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan dan mengembangkan pola kehidupan sebagai pelajar, anggota keluarga dan anggota masyarakat.

d. Bimbingan Kelompok

Praktikan memberikan pelayanan bimbingan kepada peserta didik melalui kelompok kecil (5 sampai dengan 10 orang). Bimbingan ini ditujukan untuk merespon kebutuhan dan minat para peserta didik. Topik

yang didiskusikan dalam bimbingan kelompok adalah masalah yang bersifat umum dan tidak rahasia.

e. Pelayanan Pengumpulan Data

Mengumpulkan data dan keterangan tentang peserta didik untuk mengungkapkan dan mengumpulkan berbagai data dan keterangan yang diperlukan dalam bimbingan dan konseling dimanfaatkan sejumlah instrumen, baik yang berupa tes maupun non tes.

f. Pelayanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan penempatan dan penyaluran dimaksudkan untuk memungkinkan peserta didik berada pada posisi yang tepat. Tujuannya agar peserta didik memperoleh posisi yang sesuai dengan potensi dirinya baik yang menyangkut bakat, minat, pribadi, kecapakan, kondisi fisik, kondisi psikis dan sebayanya.

## **2. Pelayanan Responsif**

a. Konseling Individual

Layanan konseling individual dimaksudkan untuk memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan secara langsung tatap muka dengan praktikan dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah.

b. Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok dimaksudkan bantuan yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan.

c. Referral atau Alih Tangan Kasus

Apabila praktikan merasa kurang memiliki kemampuan untuk menangani masalah konseli, maka sebaiknya dirinya mereferral atau mengalih tangankan konseli kepada pihak lain yang lebih berwenang, seperti psikolog, psikiater, dokter, dan kepolisian. Konseli yang sebaiknya direferral adalah mereka yang memiliki masalah, seperti depresi, tindak kejahatan (kriminalitas), kecanduan narkoba, dan penyakit kronis. Hal ini terutama untuk masalah yang sangat bersifat kuratif.

d. Kolaborasi dengan Wali Kelas

Praktikan berkolaborasi dengan wali kelas dalam rangka memperoleh informasi tentang peserta didik membantu memecahkan masalah peserta didik, dan mengidentifikasi aspek-aspek bimbingan yang dapat dilakukan oleh wali kelas.

e. Kolaborasi dengan Orang Tua

Praktikan perlu melakukan kerjasama dengan para orang tua peserta didik. Kerjasama ini penting agar proses bimbingan terhadap peserta didik tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga oleh orang tua di rumah. Melalui kerjasama ini memungkinkan terjadinya saling memberikan informasi, pengertian, dan tukar pikiran antar praktikan dan orang tua dalam upaya mengembangkan potensi peserta didik atau memecahkan masalah yang mungkin dihadapi peserta didik.

f. Kolaborasi dengan Lembaga Lain

Yaitu berkaitan dengan upaya sekolah menjalin kerjasama dengan unsur-unsur masyarakat yang dipandang relevan dengan peningkatan mutu pelayanan bimbingan. Jalinan kerjasama ini seperti dengan pihak-pihak (1) instansi pemerintah, (2) instansi swasta, (3) organisasi profesi, seperti ABKIN (Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia), (4) para ahli dalam bidang tertentu yang terkait, seperti psikolog, psikiater, dan dokter, (5) MGP (Musyawarah Guru Pembimbing), dan (6) Depnaker (dalam rangka analisis bursa kerja/lapangan pekerjaan).

g. Konsultasi

Konselor menerima pelayanan konsultasi bagi guru, orang tua, atau pihak pimpinan sekolah yang terkait dengan upaya membangun kesamaan persepsi dalam memberikan bimbingan kepada para peserta didik, menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif bagi perkembangan peserta didik, melakukan referral, dan meningkatkan kualitas program bimbingan dan konseling.

h. Bimbingan Teman Sebaya

Bimbingan teman sebaya adalah bimbingan yang dilakukan oleh peserta didik terhadap peserta didik yang lainnya. Peserta didik yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh praktikan.

i. Konferensi Kasus

Yaitu kegiatan untuk membahas permasalahan peserta didik dalam suatu pertemuan yang dihadiri oleh pihak-pihak yang dapat memberikan keterangan, kemudahan dan komitmen bagi terentaskannya permasalahan peserta didik.

j. *Home Visit*

*Home visit* adalah suatu kegiatan untuk mengunjungi rumah peserta didik dalam rangka untuk memperoleh berbagai keterangan-keterangan yang diperlukan dalam pemahaman lingkungan dan

permasalahan peserta didik, dan untuk pembahasan serta pengentasan permasalahan siswa tersebut.

### **3. Perencanaan Individual**

Praktikan membantu peserta didik menganalisis kekuatan dan kelemahan dirinya berdasarkan data atau informasi yang diperoleh, yaitu yang menyangkut pencapaian tugas-tugas perkembangan, atau aspek-aspek pribadi, sosial, belajar, karir.

### **4. Dukungan Sistem**

Dukungan sistem merupakan suatu kegiatan bimbingan dan konseling yang bekerja sama dengan semua pihak untuk mendukung pemberian layanan. Seperti pengembangan jejaraing melalui kegiatan-kegiatan seminar, lokakarya, dan pelatihan-pelatihan antar sekolah dan lembaga terkait.



## BAB II

### PELAKSANAAN PPL

Kegiatan praktik pengalaman lapangan dilaksanakan antara tanggal 10 Agustus sampai dengan 12 September 2015. Kegiatan praktik pengalaman lapangan dibedakan dalam 2 macam yaitu praktik persekolahan dan praktik BK di sekolah. praktik persekolahan merupakan kegiatan praktik mahasiswa untuk berperan sebagai seorang guru yang terlibat dalam berbagai kegiatan kesiswaan. Sedangkan praktik BK di sekolah yaitu kegiatan-kegiatan praktik calon guru yang sesuai dengan bidang keahliannya.

#### A. Praktik Persekolahan

Program ini berisi kegiatan yang dilakukan praktikan secara tidak langsung berhubungan dengan kegiatan bimbingan dan konseling. Praktik persekolahan dimaksudkan untuk mengetahui, memahami, dan melibatkan mahasiswa praktikan secara langsung pada kegiatan sekolah. Adapun kegiatan praktik persekolahan adalah :

No.	Nama Kegiatan	Pelaksanaan	Antusias/Hasil Kegiatan
1.	Piket Sekolah	13, 20, 27 Agustus 2015 dan 3, 10 September 2015	Mengedarkan presensi ke setiap kelas, memencet bel tiap pergantian jam, menyampaikan tugas ke kelas yang ditinggal gurunya dan mengambil presensi pada saat bel pulang
2.	Divisi PIK R	12 19 Agustus 2015 2, 3, 4 September 2015	Menjalankan program kegiatan yang sudah dirncanakan oleh divisi PIK R
3.	Divisi Peturasan	Senin, 7, 9	Membuat dan memasang

	dan Kamar Mandi	September 2015	tulisan himbauan disetiap kamar mandi Mengecek perlengkapan yang belum ada dalam kamar mandi
--	-----------------	----------------	--

## B. Praktik Bimbingan dan Konseling

Sebelum melakukan praktik bimbingan dan konseling di sekolah, praktikan telah menyusun rancangan program praktik pengalaman lapangan yang telah dilengkapi dengan satuan layanan atau Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL). Satuan layanan yang dibuat untuk seluruh kelas X MIPA dan X IPS. Dengan demikian praktikan melaksanakan program kegiatan PPL yang telah dirancang untuk SMA Negeri 1 Kasihan Kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah meliputi empat bidang bimbingan yaitu : bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir. Keempat bidang tersebut sudah tercakup dalam rancangan PPL. Berikut ini adalah kegiatan praktik bimbingan dan konseling di sekolah :

### 1. Pelayanan Dasar

Layanan dasar diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada seluruh konseli melalui kegiatan persiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam rangka mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap dan tugas-tugas perkembangan yang diperlukan dalam pengembangan kemampuan memilih dan mengambil keputusan dalam menjalani kehidupannya.

#### a. Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal adalah bimbingan yang diberikan praktikan kepada peserta didik secara langsung di kelas. Bimbingan dengan cara ini memungkinkan praktikan memberikan bimbingan kepada sejumlah siswa dalam satu kelas. Siswa yang diampu oleh guru pembimbing praktikan sebanyak 8 kelas, mulai dari kelas X MIPA 1, X MIPA 2, X MIPA 3, X MIPA 4, X MIPA 5, X MIPA 6, X IIS 1, X IIS 2. Bimbingan klasikal atau bimbingan kelas dilaksanakan oleh praktikan yang mencakup kelas X berikut pelaksanaan bimbingan klasikal yang telah dilaksanakan :

No.	Hari/Tanggal	Kelas	Materi Layanan
1	12, 15, 24 Agustus 2015	X IPA 6, X IPS 2, X IPA 3	Peer Counseling

2	13 Agustus 2015	XII IPA 2	Career Mapping
3	19 Agustus 2015	X IPA 6	Adaptasi
4	11 September 2015	X IPS 1	Gaya belajar
5	24 Agustus 2015	X IPA 5	Prasangka Buruk
6	25 Agustus 2015	X MIPA 4	Lingkungan baru, Teman Baru
7	26 Agustus 2015	X IPA 6	Hubungan dengan lawan jenis
8	31 Agustus 2015	X IPA 3	Emosi
9	31 Agustus 2015	X IPA 1	Konsentrasi
10	1 September 2015	X IPA 2,	Sopan Santun

Secara keseluruhan praktikan melakukan bimbingan klasikal sebanyak 4 kali dan kegiatan tersebut terlaksana dengan baik. Hal itu terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan klasikal. Berikut ini bimbingan klasikal yang telah terlaksana:

#### 1. Bimbingan klasikal 1

Bimbingan : Pribadi  
 Sasaran : Kelas X IPA 6, X IPS 2, X IPA 3  
 Judul : Peer Counseling  
 Bentuk : Ceramah, Diskusi dan Kuisioner  
 Pelaksanaan : Rabu, 12 Agustus 2015 (X IPA 6)  
                   Sabtu, 15 Agustus 2015 (X IPS 2)  
                   Senin, 24 Agustus 2015 (X IPA 3)  
 Media : PPT, Kuisioner  
 Penghambat : Beberapa siswa kurang memahami pernyataan  
                   : dalam kuisioner  
 Solusi : Praktikan menjelaskan item soal yang  
           : belum dipahami

#### 2. Bimbingan klasikal 2

Bimbingan : Pribadi  
 Sasaran : Kelas XII MIPA 2  
 Judul : Career Mapping

Bentuk : Ceramah, Diskusi dan Penugasan  
 Pelaksanaan : Kamis, 13 Agustus 2015  
 Media : PPT, Penugasan  
 Penghambat : Beberapa siswa kurang memahami kerangka career mapping  
 Solusi : Praktikan menjelaskan hal yang belum dipahami dalam pembuatan career mapping

### 3. Bimbingan klasikal 3

Bimbingan : Pribadi Sosial  
 Sasaran : Kelas X IPA 6  
 Judul : Cara mengendalikan emosi  
 Bentuk : Ceramah, Diskusi dan Penugasan  
 Pelaksanaan : Rabu, 19 Agustus 2015  
 Media : PPT  
 Penghambat : Ada beberapa siswa yang masih bingung tentang cara mengendalikan emosi  
 Solusi : Praktikan menjelaskan apa yang belum dipahami oleh siswa

### 4. Bimbingan klasikal 4

Bimbingan : Pribadi Sosial  
 Sasaran : Kelas X IPA 3  
 Judul : Adaptasi  
 Bentuk : Ceramah, Diskusi dan Permainan  
 Pelaksanaan : Senin, 31 Agustus 2015  
 Media : PPT  
 Penghambat : Antusiasme siswa yang kurang terhadap materi layanan  
 Solusi : Praktikan mengajak melakukan ice breaking, dan games pada akhir layanan

### 5. Bimbingan klasikal 5

Bimbingan : Pribadi  
 Sasaran : Kelas X IPA 5  
 Judul : Prasangka Buruk  
 Bentuk : Ceramah, Diskusi dan Penugasan  
 Pelaksanaan : Senin, 24 Agustus 2015

Media	: PPT, Video
Penghambat	: Ada beberapa siswa yang tidak fokus : mengikuti layanan karena jam terakhir
Solusi	: Melakukan ice braking untuk : mengembalikan semangat siswa

#### 6. Bimbingan klasikal 6

Bimbingan	: Pribadi Sosial
Sasaran	: Kelas X IPA 4
Judul	: Lingkungan baru, teman baru
Bentuk	: Ceramah, Diskusi dan Permainan
Pelaksanaan	: Selasa, 25 Agustus 2015
Media	: PPT
Penghambat	: Antusiasme siswa yang kurang terhadap materi layanan
Solusi	: Praktikan mengajak melakukan ice breaking, dan games pada akhir layanan

#### 7. Bimbingan klasikal 7

Bimbingan	: Sosial
Sasaran	: Kelas X IPA 6
Judul	: Hubungan dengan lawan jenis
Bentuk	: Ceramah, Diskusi
Pelaksanaan	: Rabu, 26 Agustus 2015
Media	: PPT, video
Penghambat	: Siswa bosan karena materi yang disampaikan terlalu banyak
Solusi	: Praktikan memutar video tentang pacaran yang sehat dan siswa diminta untuk mengambil hikmah dari video tersebut

#### 8. Bimbingan klasikal 8

Bimbingan	: Belajar
Sasaran	: Kelas X IPS 1
Judul	: Gaya Belajar
Bentuk	: Ceramah, Diskusi, Penugasan
Pelaksanaan	: Jum'at, 11 September 2015
Media	: PPT, Angket gaya belajar
Penghambat	: Ada beberapa siswa yang tidak bisa memahami pernyataan yang ada didalam angket

Solusi : Praktikan menjelaskan butir pernyataan yang  
: tidak dipahami siswa

9. Bimbingan klasikal 9

Bimbingan : Pribadi, Belajar  
Sasaran : Kelas X IPA 1  
Judul : Konsentrasi  
Bentuk : Ceramah, Diskusi, Permainan  
Pelaksanaan : Senin, 31 September 2015  
Media : PPT  
Penghambat : Ada beberapa siswa yang mengantuk karena  
dilaksanakan setelah ada sosialisasi jamu  
Solusi : Praktikan mengajak bermain games yang  
: berkaitan dengan meningkatkan konsentrasi

10. Bimbingan klasikal 10

Bimbingan : Pribadi  
Sasaran : Kelas X IPA 2  
Judul : Sopan Santun  
Bentuk : Ceramah, Diskusi dan Video  
Pelaksanaan : Selasa, 1 September 2015  
Media : PPT  
Penghambat : Tidak ada hambatan  
Solusi :

b. Layanan Orientasi

Layanan orientasi yaitu layanan konseling yang memungkinkan konseli memahami lingkungan yang baru dimasukinya untuk mempermudah dan memperlancar berperannya konseli dalam lingkungan baru tersebut. Layanan orientasi ini diberikan melalui bimbingan klasikal dengan tema Lingkungan Baru teman Baru. Selain itu ada juga sarasehan yang membahas Peer Counseling dan Kesehatan Reproduksi bagi remaja dari BKKBN kabupaten Bantul. Dengan adanya kegiatan sarasehan ini diharapkan siswa bisa terhindar dari TRIAD KRR

c. Layanan Informasi

Maksud dari layanan informasi adalah suatu materi kegiatan yang berupa informasi atau keterangan yang akan disampaikan kepada siswa yang dipandang bermanfaat bagi peserta didik. Layanan informasi yang dibuat oleh praktikan merupakan bentuk layanan BK yang tidak langsung dengan menggunakan berbagai media.

Layanan informasi bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan dan mengembangkan pola kehidupan yakni sebagai bekal hidup yang dirasakannya kelak.

Materi Layanan informasi yang disampaikan secara tidak langsung adalah:

No.	Media	Materi	Sasaran
1	Leaflet	“Peer Counseling”. Bertujuan untuk memberikan wawasan tentang konseling teman sebaya dan sebagai materi PIK R	Semua siswa (Terutama bagi kader PIK R)
2	Poster	<p>1. “Tips menghindari prasangka buruk”. Tujuan dari media ini adalah siswa dapat memahami dan mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari tentang bagaimana menghindari prasangka buruk</p> <p>2. “Gaya Belajar”. Tujuan agar siswa dapat lebih memahami gaya belajar yang dimilikinya dan bisa menerapkannya dalam kegiatan belajar baik disekolah maupun dirumah</p> <p>3. “Go Green”. Tujuan dari poster ini adalah untuk membuat himbauan bahwa akan pentingnya menjaga kehijauan alam dan</p>	Semua siswa

		menyayangi lingkungan	
3	Papan Bimbingan	Papan bimbingan berisi tentang kesehatan reproduksi. Bertujuan agar siswa paham sistem reproduksi dan reproduksi sehat	Semua siswa

Dari media yang telah dibuat banyak tanggapan positif dari siswa, hal ini ditunjukkan dengan banyak siswa yang membaca informasi dalam poster, leaflet dan papan bimbingan yang telah dibuat

d. Bimbingan Kelompok

Bimbingan ini ditujukan untuk merespon kebutuhan dan minat para peserta didik. Pada umumnya dalam menyelenggarakan bimbingan kelompok, praktikan menggunakan metode permainan. Tujuannya agar siswa menjadi lebih antusias dalam mengikuti kegiatan. Permainan tersebut berhubungan dengan materi yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

Praktikan menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok 3 kali pertemuan di kelas, lebih rincinya yaitu :

No	Sasaran	Tanggal Pelaksanaan	Tema bimbingan kelompok	Hasil
1	Siswa kelas X MIPA 6	Senin, 31 Agustus 2015	Kreatifitas	Siswa sangat antusias dan dapat berpikir secara kreatif akan kegunaan lain dari botol air mineral
2	Siswa kelas X MIPA 3	Senin, 7 September 2015	Kenali dirimu dan temanmu	Siswa dapat menghafal nama teman sekelasnya dan mengenal teman yang belum ia kenal sebelumnya.
3	Siswa kelas X MIPA 5	Senin, 7 September 2015	Kerjasama	Siswa dapat bekerjasama, kompak dan melatih kesabaran dalam melepaskan lilitan tali rafia. Dalam permainan ini juga siswa diajarkan untuk



				taat kepada aturan atau instruksi yang disampaikan oleh salahs atu teman yang dipercaya dijadikan leader untuk melepaskan lilitan tali
--	--	--	--	--

e. Layanan Pengumpulan Data

Layanan pengumpulan data dimaksudkan untuk mengumpulkan data dan keterangan tentang peserta didik (baik secara individual maupun kelompok) guna membantu praktikan dalam memberikan layanan. Layanan penghimpun data ini dilakukan melalui daftar cek masalah, sosiometri dan data pribadi siswa. Selama layanan penghimpunan data ini berlangsung praktikan berkolaborasi dan mendapatkan dukungan dari guru pembimbing.

Dalam pengisian instrumen terdapat beberapa siswa yang belum mengisinya. Praktikan berusaha untuk menyebar instrumen lagi bagi yang belum mengumpulkan. Tindak lanjut dari layanan penghimpun data ini digunakan untuk menentukan layanan yang sesuai diberikan kepada siswa.

1. Daftar Cek Masalah (DCM)

Daftar Cek Masalah (DCM) adalah daftar berisi pernyataan-pernyataan yang merupakan masalah yang diasumsikan biasa dialami oleh individu dalam tingkat perkembangan tertentu. DCM digunakan untuk mengungkap masalah-masalah yang dialami oleh individu, dengan merangsang atau memancing individu untuk mengutarakan masalah yang pernah atau sedang dialaminya.

Dalam hal ini praktikan menggunakan DCM yang terdiri dari 100 butir pernyataan yang terbagi dalam 4 bidang sesuai dengan bidang bimbingan yakni : pribadi, sosial, belajar dan karir.

Pengisian DCM dilakukan 1 kali Pada kelas X MIPA 5. Kelas tersebut sebagai sampel pengambilan data karena mewakili seluruh kelas X. Dalam hal ini praktikan sebagai pelaksana dan penganalisis hasil DCM. *(hasil terlampir)*

2. Sosiometri

Sosiometri adalah metode pengumpulan data tentang pola dan struktur sosial individu-individu dalam suatu kelompok, dengan cara menelaah relasi sosial, status sosial. Maka dengan sosiometri kita bisa mengetahui dinamika kelompok, popularitas individu dalam sebuah kelompok dan kesulitan hubungan sosial individu dalam kelompok.

Dalam hal ini, praktikan mengumpulkan data mengenai kelompok belajar pada siswa kelas X MIPA 5. Siswa diminta untuk

memilih 3 teman sekelasnya untuk membentuk kelompok belajarnya beserta alasannya.

Dalam hal ini praktikan sebagai pelaksana dan penganalisis hasil sosiometri. (*hasil terlampir*)

### 3. Data Pribadi Siswa

Dalam rekapitulasi data pribadi siswa praktikan bukan merekap data kelas X, melainkan kelas XI. Hal ini dikarenakan data kelas X sudah terkumpul, ada perubahan data pribadi dan kelas yang diaca kembali. Oleh karena itu praktikan mendapatkan tugas tambahan untuk merekap data pribadi siswa kelas XI

#### f. Layanan Responsif

Layanan Responsif merupakan pemberian bantuan kepada konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak segera dibantu dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan.

##### a. Konseling Individual

Tujuan konseling individual adalah membantu siswa mengatasi atau memecahkan masalah pribadinya secara *face to face* dengan menggunakan potensinya sendiri secara optimal dan agar siswa dapat memecahkan masalahnya dengan segera supaya tidak berlalrut-larut.

Dalam hal ini praktikan melakukan 2 konseling dengan 2 orang siswa. Yaitu:

##### 1. Inisial : G

Masalah yang dibahas	:	Ketidakmampuan konseli untuk menyampaikan perasaan tidak nyamannya terhadap teman satu kelasnya yang dia karena memiliki sikap dan perilaku yang kurang disenangi oleh temansatu kelasnya.
Teknik yang digunakan	:	<i>Person Centered</i>
Waktu Pelaksanaan	:	..September 2015
Tempat Pelaksanaan	:	Taman Sekolah
Hasil yang dicapai	:	Konseli mampu mengungkapkan permasalahan ini terhadap orang yang bersangkutan dan

	menyelesaikan permasalahan yang sedang dialami di kelasnya. Hingga akhir konseling, konseli sudah mampu memutuskan tindakan apa yang akan dilakukannya.
--	---

#### b. Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok dimaksudkan bantuan yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan.

Oleh karena itu, setiap anggota kelompok dapat menampilkan masalah yang dirasakannya. Masalah tersebut "dilayani" melalui pembahasan yang intensif oleh seluruh anggota kelompok, masalah demi masalah, satu per satu, tanpa kecuali, sehingga semua masalah terbicarakan.

Selama praktikan PPL di SMA Negeri 1 Kasihan, praktikan melakukan 1 kali konseling kelompok yakni pada hari Jumat, 21 Agustus 2015.

Konseli memiliki permasalahan yang sama yaitu tentang sahabatnya (sebut saja F) yang menjauhi mereka. Sebelumnya waktu kelas VIII, F itu sangat dekat dengan mereka. Tetapi setelah berpacaran dengan C dan D, F mulai agak menjauhi. J & A bilang kalau misalkan F mendekati mereka, C & D menjadi iri atau cemburu, padahal F tidak ada maksud apapun terhadap mereka. Contohnya ketika di kelas, ketika F mendekati J, C seperti cemburu dengan J. Padahal sekarang, posisi F telah putus dengan C.

J & A merasa rindu dengan kebersamaan mereka waktu kelas VIII. Walaupun dulu J memendam rasa ke F, tapi sekarang sudah tidak lagi dan hanya ingin seperti sahabat seperti biasanya.

J & A pernah bicara ke F akan sikap dan perilakunya yang berbeda terhadap mereka, tetapi F tidak jujur dan bilang biasa saja. Tapi J & A merasa tetap F agak menjauhi mereka.

Dari masalah tersebut, J & A ingin sekali membuat suasana pertemanan mereka seperti dulu lagi.

c. Referral (Alih Tangan Kasus)

Dalam memberikan bimbingan terkadang praktikan menemukan masalah yang tidak dapat diatasinya dan bukan merupakan kewenangannya. Oleh karena itu, praktikan atau guru pembimbing melakukan tindakan referral kepada orang atau pihak yang lebih mampu dan berwenang apabila inti permasalahan siswa berada di luar kewenangan/kemampuannya.

Selama praktikan PPL di SMA Negeri 1 Kasihan, praktikan tidak melakukan refereal, dikarenakan belum adanya kebutuhan untuk melakukan refereal.

d. Kolaborasi dengan orang tua

Konselor perlu melakukan kerjasama dengan para orang tua peserta didik. Kerjasama ini penting agar proses bimbingan terhadap peserta didik tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga oleh orang tua di rumah. Melalui kerjasama ini memungkinkan terjadinya saling memberikan informasi, pengertian, dan tukar pikiran antar konselor dan orang tua dalam upaya mengembangkan potensi peserta didik atau memecahkan masalah yang mungkin dihadapi peserta didik.

Kolaborasi dengan orang tua sejauh ini dilaksanakan oleh guru BK SMA Negeri 1 Kasihan

e. Kolaborasi dengan Guru Mata Pelajaran atau Wali Kelas

Kolaborasi dilakukan dalam rangka memperoleh informasi tentang peserta didik (seperti prestasi belajar, kehadiran, dan pribadinya), membantu memecahkan masalah peserta didik, dan mengidentifikasi aspek-aspek bimbingan yang dapat dilakukan oleh guru mata pelajaran.

Kolaborasi dengan Guru Mata Pelajaran atau Wali kelas belum pernah dilakukan di kelas X, karena tidak ada permasalahan siswa yang harus di selesaikan melalui kolaborasi dengan guru atau wali kelas

f. Kolaborasi dengan Pihak Luar Sekolah

Kolaborasi dengan pihak luar sekolah yaitu berkaitan dengan upaya sekolah untuk menjalin kerjasama dengan unsur-unsur masyarakat yang dipandang relevan dengan peningkatan mutu pelayanan bimbingan.

Praktikan bersama guru BK melakukan koordinasi untuk melaksanakan kolaborasi dengan BKKBN Kabupaten Bantul dalam rangka memberikan menambah pengetahuan siswa tentang PIKR dan PKBR agar siswa mampu menghadapi era globalisasi dan penambahan mutu psikologi siswa tentang seks bebas dan keluarga berencana. Kegiatan ini dilakukan pada hari Jumat, 4 September 2014

g. Konferensi kasus

Konferensi kasus yaitu kegiatan untuk membahas permasalahan peserta didik dalam suatu pertemuan yang dihadiri oleh pihak-pihak yang dapat memberikan keterangan, kemudahan dan komitmen bagi terentaskannya permasalahan peserta didik itu. Pertemuan konferensi kasus ini bersifat terbatas dan tertutup.

Penyelenggaraan konferensi kasus merupakan pembahasan permasalahan yang dialami oleh siswa tertentu dalam suatu forum yang dihadiri oleh pihak-pihak yang terkait yang diharapkan dapat memberikan data dan keterangan lebih lanjut serta kemudahan-kemudahan bagi terentaskannya permasalahan tersebut. Pertemuan ini bersifat terbatas dan tertutup.

Selama melakukan PPL di SMA Negeri 1 Kasihan, praktikan tidak pernah melakukan konferensi kasus karena tidak menemukan masalah besar.

h. Kunjungan rumah (*Home Visit*)

Kunjungan rumah adalah suatu kegiatan pembimbing untuk mengunjungi rumah klien (siswa) dalam rangka untuk memperoleh berbagai keterangan-keterangan yang diperlukan dalam pemahaman lingkungan dan permasalahan siswa, dan untuk pembahasan serta pengentasan permasalahan siswa tersebut.

Selama melakukan PPL di SMA Negeri 1 Kasihan, praktikan tidak melaksanakan kegiatan *home visit* karena belum adanya kebutuhan untuk melakukan layanan tersebut.

9. Perencanaan Individual

Perencanaan individual dimaksudkan untuk membantu peserta didik menganalisis kekuatan dan kelemahan dirinya berdasarkan data atau informasi yang diperoleh, yaitu yang menyangkut pencapaian tugas-tugas perkembangan, atau aspek-aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier. Melalui kegiatan penilaian diri ini, peserta didik akan memiliki pemahaman, penerimaan, dan pengarahan dirinya secara positif dan konstruktif. Pelayanan perencanaan individual ini dapat dilakukan juga melalui pelayanan penempatan (penjurusan, dan penyaluran), untuk membentuk peserta didik menempati posisi yang sesuai dengan bakat dan minatnya.

Selama PPL, layanan perencanaan individual tidak dilaksanakan dengan alasan karena praktikan lebih memfokuskan pada layanan klasikal dan layanan orientasi.

#### 10. Dukungan Sistem

Dukungan sistem merupakan komponen pelayanan dan kegiatan manajemen, tata kerja, infra struktur (misalnya Teknologi Informasi dan Komunikasi), dan pengembangan kemampuan profesional konselor secara berkelanjutan, yang secara tidak langsung memberikan bantuan kepada konseli atau memfasilitasi kelancaran perkembangan konseli. Program ini memberikan dukungan kepada konselor dalam memperlancar penyelenggaraan pelayanan diatas. Sedangkan bagi personel pendidik lainnya adalah untuk memperlancar penyelenggaraan program pendidikan di sekolah atau madrasah. Dukungan sistem ini meliputi aspek-aspek: (a) pengembangan jejaring (*networking*), (b) kegiatan manajemen, (c) riset dan pengembangan.

Selama PPL di SMA Negeri 1 Kasihan, praktikan tidak melaksanakan layanan dukungan sistem.

### C. Hambatan Pelaksanaan PPL dan Cara Mengatasinya

Dalam melaksanakan kegiatan layanan bimbingan dan konseling, praktikan menghadapi berbagai hambatan baik secara teknis maupun non teknis, tetapi berkat kerja keras dan dukungan dari berbagai pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Adapun hambatan-hambatan dan cara mengatasinya dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling yaitu:

#### 1. Layanan Dasar

##### 1. Bimbingan Klasikal

Selama praktikan menyampaikan bimbingan klasikal, siswa kelas X sering gaduh dan tidak menghiraukan praktikan ketika menyampaikan materi. Soslusi untuk mengatasi hal tersebut dengan cara setiap akhir

layanan meminta siswa yang tidak mendengarkan untuk menyimpulkan materi pada tiap pertemuan.

## 2. Layanan Pengumpulan Data

Ada beberapa siswa yang kurang lengkap dalam mengisi DCM dan Sosiometri, sehingga harus memanggil siswa tersebut untuk melengkapi data yang harus diisi

## 2. Layanan Responsif

### a. Konseling Individual

- 1) Siswa sebelumnya tidak mau terbuka, tetapi praktikan mencoba meyakinkan bahwa akan menjaga rahasia dan jika terbuka akan lebih mudah dalam pemecahan masalahnya

### 2) Konseling Kelompok

Kendala dari proses konseling kelompok ini adalah mencari waktu dan tempat yang nyaman untuk melakukan kegiatan konseling kelompok secara nyaman. Solusi dari permasalahan ini adalah mengambil waktu istirahat siswa agar tidak mengganggu pelajaran dan pihak sekolah menyediakan ruangan khusus untuk proses konseling kelompok

### **BAB III**

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **A. Kesimpulan**

Kegiatan PPL BK dilakukan dalam rangka peningkatan ketrampilan dan pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk program layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan oleh seorang guru pembimbing, dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas memberikan layanan bimbingan di sekolah yang profesional.

Kegiatan PPL BK di SMA Negeri 1 Kasihan berfungsi sebagai tempat untuk mengaplikasikan teori-teori yang sudah didapat selama menjalani proses perkuliahan selama 6 semester. Melalui PPL ini praktikan mendapat pengalaman berharga sebagai bekal dalam mengembangkan potensi diri untuk menjadi tenaga pendidik profesional, memiliki nilai, sikap ilmiah serta ketrampilan sesuai bidangnya.

Berdasarkan hasil observasi praktikan melakukan analisis kebutuhan peserta didik SMA Negeri 1 Kasihan, kemudian menyusun program bimbingan dan konseling. Program yang direncanakan diaplikasikan saat kegiatan PPL berlangsung yaitu pada tanggal 10 Agustus sampai dengan 12 September 2015. Selama praktikan melaksanakan PPL SMA Negeri 1 Kasihan terdapat beberapa hal yang dapat disimpulkan, yaitu:

##### **1. Layanan Dasar**

###### **a. Bimbingan Klasikal**

Praktikan telah berhasil memberikan bimbingan klasikal sebanyak 12 kali

###### **b. Layanan Orientasi**



Materi layanan orientasi yang telah praktikan lakukan adalah mengenai lingkungan baru, teman baru dilaksanakan di kelas X MIPA 6 dan Peer Counseling dilaksanakan di kelas X IIS 1.

c. Layanan Informasi

Praktikan membuat poster, leaflet, dan papan bimbingan untuk pelaksanaan layanan informasi. Materi poster adalah tips menghindari prasangka buruk, Go green, gaya Beelajar. Materi leaflet adalah PIK R. Materi papan bimbingan adalah kesehatan reproduksi bagi remaja.

d. Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok dilaksanakan selama 3 kali yaitu Senin, 31 Agustus 2015 di Kelas X MIPA 6 (Kreatifitas), Senin, 7 September 2015 di kelas X MIPA 3 (kenali dirimu dan temanmu), Senin, 7 September 2015 di kelas X MIPA 5 (Kerjasama)

e. Layanan Pengumpulan Data

Praktikan melakukan layanan pengumpulan data melalui angket daftar cek masalah, sosiometri, dan data pribadi siswa.

2. Layanan Responsif

a. Konseling Individual

Praktikan melakukan 2 kali konseling individual dengan siswa FP dan Bunga. Masalah yang dihadapi FP yaitu kesulitan untuk manajemen waktu dalam melakukan kegiatannya. Sedangkan Bunga yaitu Adanya wanita lain yang membuat ayah dan ibunya menjadi berpisah walaupun belum secara resmi. Teknik yang digunakan dalam menyelesaikan permasalahan FP yaitu adalah teknik *Behavioristik*, sedangkan Bunga dengan teknik *Person Centered*.

b. Konseling Kelompok

Konseli memiliki permasalahan yang sama yaitu tentang sahabatnya (sebut saja F) yang menjauhi mereka. Sebelumnya waktu kelas XI, F itu sangat dekat dengan mereka. Tetapi setelah berpacaran dengan C dan D, F mulai agak menjauhi. J & A bilang kalau misalkan F mendekati mereka, C & D menjadi iri atau cemburu, padahal F tidak ada maksud apapun terhadap mereka

c. Referral

Praktikan tidak melakukan referral karena sejauh ini belum ada kebutuhan untuk melakukannya.

d. Kolaborasi dengan Orang Tua

Praktikan tidak melakukan referral karena sejauh ini belum ada kebutuhan untuk melakukannya.

e. Kolaborasi dengan Guru Mata Pelajaran/ Wali Kelas

Praktikan tidak melakukan Kolaborasi dengan Guru Mata Pelajaran/ Wali Kelas karena sejauh ini belum ada kebutuhan untuk melakukannya

f. Kolaborasi dengan Luar Sekolah

Kolaborasi dengan pihak luar sekolah yang telah dilaksanakan yaitu beworkolaborasi dengan BKKBN Kabupaten Bantul untuk melakukan sosialisasi tentang PIK R dan PKBR

g. Kunjungan Rumah

Selama melakukan PPL di SMA Negeri 1 Kasihan, praktikan tidak melakukan kunjungan rumah

3. Perencanaan Individual

Selama PPL praktikan tidak melaksanakan layanan perencanaan individual.

4. Dukungan Sistem

Selama PPL di SMA Negeri 1 Kasihan, praktikan tidak melakukan kegiatan dukungan sistem.

## **B. Saran**

1. Bagi Sekolah

Masukan dan harapan saya untuk bimbingan dan konseling di SMA Negeri 1 Kasihan yaitu:

- a. Semoga pada tahun-tahun berikutnya ruangan bimbingan dan konseling mendapatkan tempat yang strategis namun kondusif untuk pelaksanaan konseling.
- b. Berdasarkan pengalaman terjun praktik disekolah, siswa lebih berminat pada layanan yang berbasis multimedia, maka agar penggunaan layanan berbasis multimedia dikembangkan di SMA Negeri 1 Kasihan.
- c. Bagi sekolah diharapkan agar meningkatkan hubungan antara pihak sekolah dengan UNY sehingga kegiatan PPL ini akan bermanfaat bagi kemajuan dan pengembangan kualitas di SMA Negeri 1 Kasihan adanya peningkatan kerjasama dengan seluruh mahasiswa PPL dalam setiap kegiatan sehingga mendapatkan hasil yang maksimal dalam pelaksanaan kegiatan.

2. Bagi Mahasiswa

- a. Mahasiswa PPL hendaknya membina komunikasi yang baik dengan warga sekolah baik guru, karyawan dan peserta didik.
- b. Perlu adanya kerjasama yang lebih baik bagi mahasiswa dengan pihak sekolah.
- c. Mahasiswa setidaknya mampu menjadikan program PPL sebagai ajang pendewasaan diri dalam hidup bermasyarakat sekolah.

## **DAFTAR PUSTAKA**

# LAMPIRAN

DAFTAR CEK MASALAH  
KELAS X MIPA 5

NO	MASALAH	JUMLAH	%	KATEGORISASI	
1	Pemalu	12	38,71	CUKUP BERMASALAH	SPR
2	Sukar atau lambat untuk mendapatkan teman	8	25,81	BERMASALAH	SPR
3	Tidak mempunyai teman yang intim di sekolah	5	16,13	BERMASALAH	SPR
4	Orang menyebut saya angkuh (tinggi hati)	2	6,45	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
5	Perasaan mudah tersinggung	4	12,90	BERMASALAH	SPR
6	Terlalu banyak memusatkan perhatian kepada diri sendiri	7	23,33	BERMASALAH	PPR
7	Menganggap hal-hal terlalu berat/serius	8	26,67	CUKUP BERMASALAH	PPR
8	Penggugup	10	33,33	CUKUP BERMASALAH	PPR
9	Terlalu mudah mendapatkan kegembiraan	10	33,33	CUKUP BERMASALAH	PPR
10	Tidak mempunyai kesenangan	5	16,67	BERMASALAH	PPR
11	Merasa kehilangan gairah sekolah	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
12	Tidak mempunyai tujuan yang jelas dalam bersekolah	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
13	Tidak senang bersekolah	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	ACW
14	Tidak tahu bagaimana cara belajar yang baik	4	13,33	BERMASALAH	ACW
15	Bersekolah karena desakan keluarga	4	13,33	BERMASALAH	ACW
16	Ragu-ragu apakah sekolah yang saya pilih sudah tepat	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	FVE
17	Keluarga menentang dalam saya memilih sekolah	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	FVE
18	Merasa diri saya tidak terkenal	4	13,33	BERMASALAH	SPR
19	Menjadi tertawaan banyak orang	4	13,33	BERMASALAH	SPR
20	Menjadi bahan pembicaraan orang	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
21	Merasa selalu diawasi oleh orang lain	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
22	Merasa rendah diri	4	13,33	BERMASALAH	SPR
23	Selalu sedih	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	PPR
24	Sukar untuk maju	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	PPR
25	Tidak dapat mengerjakan sesuatu dengan baik	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	PPR
26	Sangat mudah putus asa	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	PPR
27	Kadang-kadang saya berpikir sebaiknya tak usah lahir	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	PPR
28	Mendapat rapor yang jelek	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	ACW
29	Takut akan mengalami kegagalan dalam sekolah	5	16,67	BERMASALAH	ACW
30	Tidak mempunyai tujuan dalam bersekolah	6	20,00	BERMASALAH	ACW
31	Ingin pindah ke sekolah yang lain	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
32	Ingin keluar dari sekolah	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
33	Tidak diterima masuk sekolah yang diinginkan	7	23,33	BERMASALAH	ACW
34	Tidak tertarik kepada sesuatu pekerjaan	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	FVE
35	Takut memikirkan kerja berat dalam kehidupan	7	23,33	BERMASALAH	FVE
36	Menyatakan sesuatu yang tidak benar	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
37	Saya dianggap orang aneh	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
38	Menjadi celaan orang lain	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
39	Sering melukai perasaan orang lain	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
40	Kehilangan kawan dekat	5	16,67	BERMASALAH	SPR
41	Suka melamun	10	33,33	CUKUP BERMASALAH	PPR
42	Mudah lupa	11	36,67	CUKUP BERMASALAH	PPR
43	Takut ditinggal sendirian	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	PPR
44	Terlalu banyak membawa pekerjaan dari sekolah	10	33,33	CUKUP BERMASALAH	ACW
45	Terlalu sering tidak masuk sekolah	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
46	Tidak mempunyai cukup waktu untuk belajar	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
47	Ingatan lemah/kurang baik	5	16,67	BERMASALAH	ACW
48	Tidak tertarik kepada buku-buku yang penting	4	13,33	BERMASALAH	ACW
49	Saya kurang percaya apakah saya akan berhasil dalam kehidupan saya	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	FVE
50	Belum mempunyai rencana untuk masa depan	4	13,33	BERMASALAH	FVE
51	Tidak tahu apa sebenarnya yang saya inginkan	6	20,00	BERMASALAH	FVE
52	Tidak ada persesuaian paham dengan teman-temannya	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
53	Membenci seseorang	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	SPR
54	Dibenci oleh seseorang	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	SPR
55	Suka berdebat	5	16,67	BERMASALAH	SPR
56	Mudah cemburu	11	36,67	CUKUP BERMASALAH	SPR
57	Pemarah atau mudah marah	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	PPR
58	Keras kepala	9	30,00	CUKUP BERMASALAH	PPR
59	Ceroboh atau kurang teliti	9	30,00	CUKUP BERMASALAH	PPR
60	Pemalas	10	33,33	CUKUP BERMASALAH	PPR
61	Kurang hati-hati	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	PPR
62	Sukar dalam mempelajari matematika	8	26,67	CUKUP BERMASALAH	ACW
63	Sukar dalam mempelajari ilmu eksak pada umumnya	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
64	Sukar dalam belajar bahasa	5	16,67	BERMASALAH	ACW
65	Kurang dapat berfikir secara logis	6	20,00	BERMASALAH	ACW
66	Sukar dalam mempelajari ilmu-ilmu sosial	6	20,00	BERMASALAH	ACW
67	Tidak tahu nanti saya akan menjadi apa	9	30,00	CUKUP BERMASALAH	FVE

68	Tidak tahu dimana nanti kalau sudah dewasa saya akan bertempat tinggal	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	FVE
69	Mebutuhkan penerangan/penjelasan tentang seluk beluk macam-	14	46,67	CUKUP BERMASALAH	FVE
70	Ingin tahu kemampuan kerja pada diri sendiri	17	56,67	SANGAT BERMASALAH	FVE
71	Menginginkan kepribadian yang lebih menyenangkan	16	53,33	SANGAT BERMASALAH	SPR
72	Kurang mampu untuk menjadi pemimpin	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	SPR
73	Mudah terpengaruh oleh orang lain	8	26,67	CUKUP BERMASALAH	SPR
74	Sukar/tidak dapat menilai teman	5	16,67	BERMASALAH	SPR
75	Salah dalam memilih teman	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
76	Takut berbuat salah	5	16,67	BERMASALAH	PPR
77	Tidak dapat mengambil keputusan sendiri	7	23,33	BERMASALAH	PPR
78	Kurang percaya pada diri sendiri	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	PPR
79	Kehilangan tujuan hidup	1	3,33	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	PPR
80	Tidak dapat menghargai apa yang saya kerjakan tiap hari	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	PPR
81	Takut memikirkan ujian	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
82	Tidak dapat belajar pada waktu yang tepat	8	26,67	CUKUP BERMASALAH	ACW
83	Tidak dapat memusatkan pikiran	8	26,67	CUKUP BERMASALAH	ACW
84	Mebutuhkan nasehat langkah selanjutnya sesudah sekolah	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	FVE
85	Bagaimana untuk dapat meneruskan belajar pada tahun berikutnya	11	36,67	CUKUP BERMASALAH	FVE
86	Tidak berhasil untuk mendapatkan kepercayaan dari orang lain	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	SPR
87	Mudah menjadi panik	6	20,00	BERMASALAH	SPR
88	Merasa bahwa tak seorangpun untuk mengerti tentang diri saya	10	33,33	CUKUP BERMASALAH	SPR
89	Tidak ada seorangpun untuk tempat menyatakan tentang kesulitan saya	5	16,67	BERMASALAH	SPR
90	Tidak suka mengatakan tentang persoalan saya sendiri	5	16,67	BERMASALAH	SPR
91	Terlalu banyak mempunyai persoalan tentang diri sendiri	7	23,33	BERMASALAH	PPR
92	Tidak mau menghadapi persoalan yang ada sekarang	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	PPR
93	Sering bermimpi buruk-buruk	0	0,00	TIDAK BERMASALAH	PPR
94	Sering bingung	4	13,33	BERMASALAH	PPR
95	Takut bicara dalam diskusi kelas	6	20,00	BERMASALAH	ACW
96	Terlalu sedikit perbendaharaan kata-kata saya	3	10,00	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
97	Lemah di dalam menulis	2	6,67	(AGAK) TIDAK BERMASALAH	ACW
98	Lemah dalam segi bahasa	6	20,00	BERMASALAH	ACW
99	Tidak cukup mampu membaca dalam bahasa inggris	12	40,00	CUKUP BERMASALAH	ACW
100	Ragu-ragu mengenai kemampuan saya dalam mengerjakan pekerjaan dengan baik	11	36,67	CUKUP BERMASALAH	FVE

Keterangan :
(SPR) Kehidupan Sosial
(PPR) Hubungan Pribadi
(ACW) Belajar / Study
(FVE) Karir

Mengetahui,  
Guru Pembimbing Lapangan

Hartuti, S. Pd  
NIP. 19670809 199802 2 001

Kasihani, September 2015  
Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Sangaji Dwi Saputra  
NIM. 12104244018

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA Negeri I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I / 2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: 24 Agustus 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Pribadi Sosial
Metode	: Ceramah, Diskusi tanya Jawab, Permainan
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Adaptasi
1. Standar Kompetensi	: (TP2) Mencapai kematangan dalam hubungan antara teman sebaya, serta perannya sebagai pria atau wanita
2. Kompetensi Dasar	: Memahami pentingnya beradaptasi dan menjalin hubungan dengan lingkungan baru terutama disekolah
3. Indikator yang	: Siswa mampu beradaptasi dengan baik dilingkungan sekolah baru
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Saling menghormati, menghargai</b>

#### **A. Tujuan Layanan:**

Siswa mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, saling menghargaia dan menghormati peraturan dilingkungan baru dan teman baru.

#### **B. Materi Layanan :**

Cara agar mudah beradaptasi dilingkungan baru

#### **C. Strategi Layanan :**

Bimbingan Klasikal, Permainan

#### D. Kegiatan Layanan :

##### 1. Pendahuluan (5 menit)

- a. Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
- b. Apersepsi
- c. Menyampaikan tujuan layanan
- d. Memotivasi siswa

##### 2. Kegiatan Inti (30 menit)

###### a. Mengamati

- Siswa diberi pertanyaan tentang apa itu Adaptasi
- Guru bersama siswa menyimpulkan jawaban-jawaban yang disampaikan oleh siswa
- Siswa menerima gambaran secara umum tentang adaptasi

###### b. Menanyakan

- Siswa diminta untuk bertanya cara untuk beradaptasi dilingkungan baru
- Siswa menanyakan dampak jika tidak bias beradaptasi dilingkungan baru

###### c. Mengeksplorasi

- Bersama dengan guru siswa berusaha untuk memahami pengertian, cara mudah untuk beradaptasi dilingkungan baru

###### d. Mengasosiasi

1. Guru meminta siswa untuk menyiapkan kertas
2. Guru meminta kepada siswa untuk menuliskan kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami oleh siswa saat beradaptasi di lingkungan sekolah dan teman barunya beserta solusinya menurut siswa.

###### e. Mengkomunikasikan



- Siswa diminta berpendapat tentang makna dan manfaat dari permainan yang telah dilakukan
3. Penutup (10 menit)
- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
  - Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa memahami dan mengembangkan gaya belajar masing-masing untuk meningkatkan prestasinya
  - Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. <http://www.psychologymania.com/2012/11/adaptasi-sosial.html>
2. <http://ardianeko.wordpress.com/2012/03/08/cara-agar-mudah-beradaptasi-di-lingkungan-baru>

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S. Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## **Materi BK Pribadi “Adaptasi “**

Dalam proses kehidupan manusia sebagai anggota masyarakat, individu tidak dapat begitu saja untuk melakukan tindakan yang dianggap sesuai dengan dirinya, karena individu tersebut mempunyai lingkungan diluar dirinya, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial. Dan lingkungan ini mempunyai aturan dan norma-norma yang membatasi tingkah laku individu tersebut.

Penyesuaian diri terhadap lingkungan fisik sering disebut dengan istilah adaptasi, dan penyesuaian diri dengan lingkungan sosial disebut dengan *adjustment*. Adaptasi lebih bersifat fisik, dimana orang berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya, karena hal ini lebih banyak berhubungan dengan diri orang tersebut. tingkah lakunya tidak saja harus menyesuaikan diri dengan lingkungan fisik, tetapi juga dengan lingkungan sosialnya (*adjustment*).

### **Cara Agar Mudah Beradaptasi di Lingkungan Baru**

#### **1. Menata Informasi Tentang Lingkungan Baru Kita**

Untuk menghindari persepsi yang salah, sebelumnya kita harus membekali diri dengan informasi yang benar dan terpercaya tentang lingkungan baru tersebut. Misal kita akan masuk ke suatu universitas di luar kota, maka ada baiknya kita tanya kepada para alumni SMA yang berkuliah di universitas tersebut. Dengan demikian, sedikit banyak kita tahu dan mempunyai gambaran dengan lingkungan baru. Bagaimanapun, akan lebih nyaman berada di lingkungan baru yang kita sudah tahu daripada sibuk menerka dan menjadikan lingkungan baru tersebut sebagai misteri.

Lalu bagaimana jika informasi yang kita dapatkan tidak sesuai dengan keinginan kita? Misal kita akan pindah ke suatu kota dan ternyata kita mendapati bahwa kota tersebut masih sangat kolot, sehingga tabu bagi wanita keluar malam. Mungkin cara terbaik yang bisa kita lakukan adalah berusaha memahami alasan budaya itu. Dengan memahami, maka kita tidak akan menolak mentah-mentah dan membenci lingkungan baru, meskipun beberapa hal di dalamnya kita tidak suka.

#### **2. Menata Diri**

Persiapkan diri menghadapi lingkungan baru tersebut. Secara fisik, jika lingkungan baru kita membutuhkan persiapan ekstra, maka persiapkan fisik kita. Jika lingkungan baru kita sangat menghargai intelektualitas, persiapkan juga itu. Atau jika

lingkungan baru kita sangat religius, maka ada baiknya kita memilah kembali baju yang akan kita kenakan di sana, agar lebih sesuai.

### **3. Persiapkan Mental**

Intinya adalah kita menanamkan kepada diri bahwa kita adalah orang baru yang harus berlaku baik agar diterima. Janganlah segan menyapa. Jangan pula takut bertanya. Misal kita canggung berbasa-basi, cukup tersenyum, simpel, dan menggunakan bahasa universal. Pertanyaan ringan seperti menanyakan waktu, arah, dan pertanyaan lain merupakan pengantar yang tepat menuju sebuah obrolan. Jangan merasa rendah diri, ingatlah jika kita memiliki kelebihan yg tidak dimiliki orang lain, begitupula orang lain memiliki kekurangan yg tidak kita ketahui, jadi bisa saja rasa memiliki kekurangan juga dirasakan oleh orang-orang yg akan kita kenali tsb.

### **4. Rajin-rajinlah Memulai Pembicaraan**

Rajin-rajinlah menyapa atau mengobrol dengan teman-teman baru kita. Dengan membuka pembicaraan terlebih dahulu berarti kita sedang menunjukkan bahwa adalah pribadi yang hangat & terbuka terhadap lingkungan baru. Yang pasti kita harus jadi orang yg murah senyum & senang menyapa orang-orang di sekitar lingkungan baru kita.

### **5. Hargailah Budaya & Aturan di Lingkungan Baru**

Percayalah, jika kita memasuki suatu lingkungan, pastilah kita berhadapan dengan peraturan. Sebebas-bebasnya suatu lingkungan, pastilah ada aturannya. Peraturan ini mutlak diperlukan agar kehidupan dalam lingkungan tersebut berjalan teratur. Oleh karena itu, kita harus bisa mengikuti peraturan yang ada di lingkungan baru tersebut. Baik peraturan yang sifatnya tertulis, maupun peraturan tidak tertulis tapi bersifat mengikat. Pada awalnya mungkin kita akan merasa canggung. Namun begitu, kita harus tetap mengikuti budaya dan aturan yang diterapkan di lingkungan yang baru itu. Misalnya, jangan melanggar jika ada kewajiban mengenakan seragam kantor. Jangan coba-coba melanggar peraturan dengan alasan masih baru. Orang-orang lama di lingkungan baru kita pasti akan tahu mana kesalahan yang sengaja atau hanya sekadar dibuat-buat.

### **6. Open Mind**

Ingat, kita ini orang baru. So, kita masih sangat banyak membutuhkan bantuan dan belajar dari para senior di lingkungan baru. Misalnya, kita dapatkan pekerjaan

sesuai dengan disiplin ilmu yang kita tempuh di kampus, bukan berarti kita lantas bersikap “sok jagoan”. Pengalaman dari para senior akan sangat bermanfaat untuk kita dalam lingkungan baru itu.

Janganlah menutup diri. Terimalah kritikan orang lain. Jika kita bekerja sebagai tim, cobalah untuk meraih kepercayaan di dalam tim. Dan akan lebih baik lagi bila kita langsung mendapat kepercayaan untuk bertanggung jawab terhadap tugas tim. Kita akan banyak belajar.

#### **7. Jangan Malu Bertanya**

Segeralah bertanya bila ada sesuatu yang sekiranya kita rasa masih kurang jelas. Bertanya tidak harus pada orang yang lebih tua. Kita bisa bertanya kepada orang2 yang sudah cukup berpengalaman di sekitar kita. Setidaknya, untuk urusan teknis orang itu lebih berpengalaman daripada kita. Selain itu, jika lingkungan baru kita adalah lingkungan kerja, kita bisa juga bertanya kepada atasan langsung atau rekan satu level.

#### **8. Keingintahuan**

Keingintahuan akan membuat kita bersemangat dalam bekerja. Bila dari awal saja kita sudah tidak memiliki rasa ingin tahu terhadap bidang pekerjaan, bukan tidak mungkin kita pun akan malas untuk mengerjakan apa pun. Kuriositas akan memotivasi kita untuk mengeksplorasi kemampuan kita lebih dalam.

#### **9. Mintalah Penilaian dari Orang-orang di Sekitar Kita**

Cobalah minta penilaian terhadap apa yang sudah kita lakukan. Baik dan buruknya mesti kita terima, sehingga kita bisa meningkatkan kualitas diri kita di lingkungan baru. Tapi sikap dan cara demikian bukanlah jaminan bahwa kita akan begitu saja lolos beradaptasi di lingkungan baru kita. Bila ada kesalahan dalam cara beradaptasi kita, diskusikanlah dengan orang lain untuk mendapatkan solusinya.

### **Prosedur Permainan “Rantai Nama”**

#### **Rantai Nama**

Tujuan : Menghafal nama masing masing siswa  
Durasi : 10-20 menit  
Materi : Sebuah spidol.

#### **Langkah Permainan**

1. Semua peserta duduk dikursi tanpa meja dalam bentuk lingkaran. Instruktur memperkenalkan nama dirinya kemudian instruktur memberikan sebuah spidol pada salah satu peserta.
2. Peserta yang menerima spidol lalu menerima spidol ini lalu memberikan spidol pada orang disebelahnya sambil berkata “ nama saya ..... ,spidol ini saya terima dari ... ( nama Instruktur ).
3. Demikian bergiliran sehingga tiap peserta harus selalu mengingat nama-nama peserta sebelumnya.

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA Negeri I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I / 2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: Agustus 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Pribadi Sosial
Metode	: Ceramah, Diskusi tanya Jawab, Permainan
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Lingkungan baru teman baru
1. Standar Kompetensi	: (TP2) Mencapai kematangan dalam hubungan antara teman sebaya, serta perannya sebagai pria atau wanita
2. Kompetensi Dasar	: Siswa paham akan cara menyesuaikan diri dilingkungan baru dan teman-teman baru
3. Indikator	: Siswa mampu menyesuaikan diri dilingkungan baru dan saling mengenal dengan baik teman-teman baru
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Saling menghormati, menghargai</b>

#### **A. Tujuan Layanan:**

Siswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, saling menghargai dan menghormati peraturan dilingkungan baru dan teman baru.

#### **B. Materi Layanan :**

Tips Agar Cepat Beradaptasi dengan Lingkungan Baru dan teman baru

#### **C. Strategi Layanan :**

Bimbingan Klasikal, Permainan

#### D. Kegiatan Layanan :

##### 1. Pendahuluan (5 menit)

- a. Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
- b. Apersepsi
- c. Menyampaikan tujuan layanan
- d. Memotivasi siswa

##### 2. Kegiatan Inti (30 menit)

###### a. Mengamati

- Siswa diminta untuk berpendapat tentang lingkungan baru dan teman baru
- Guru bersama siswa menyimpulkan jawaban-jawaban yang disampaikan oleh siswa
- Siswa menerima gambaran secara umum tentang lingkungan baru, teman baru

###### b. Menanyakan

- Siswa menanyakan cara untuk bisa beradaptasi dilingkungan baru
- Siswa menanyakan cara mengenal dan bergaul dengan teman baru dilingkungan baru

###### c. Mengeksplorasi

- Bersama dengan guru siswa berusaha untuk memahami cara mudah menyesuaikan diri dilingkungan baru dan teman baru

###### d. Mengasosiasi

1. Guru meminta siswa untuk menyiapkan kertas
2. Guru meminta kepada masing-masing siswa menuliskan kesulitan-kesulitan apa saja kah yang dialami oleh siswa saat berada di lingkungan baru dan bertemu dengan teman baru

e. Mengkomunikasikan

- Siswa diminta berpendapat tentang makna dan manfaat dari permainan yang telah dilakukan

3. Penutup (10 menit)

- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa memahami dan mengembangkan gaya belajar masing-masing untuk meningkatkan prestasinya
- Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. <http://ardianeko.wordpress.com/2012/03/08/cara-agar-mudah-beradaptasi-di-lingkungan-baru>

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S. Pd

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## **8 Tips Agar Cepat Beradaptasi dengan Lingkungan Baru dan teman baru**

Rasanya tak mungkin kita hidup tanpa sesuatu yang baru.



Tempat baru, lingkungan baru, teman-teman baru, adat-istiadat baru, dsb. Ketika menghadapi semua yang baru-baru itu gimana sih rasanya? Mayoritas pasti canggung, gugup, serasa asing, penasaran juga, ‘takut’ gak diterima/ diakui, dst.

Sejatinya rasa-rasa itu datang karena kita belum mengalami atau terjun langsung dalam lingkungan baru tersebut. Istilahnya sih udah ‘suudzon’ duluan. Wajar, tapi kalau tidak segera diatasi bisa repot. Mari kita bahas 8 Tips Agar Cepat Beradaptasi dengan Lingkungan Baru berikut!

### **1. Jangan Dulu Asal Nebak**

Tak jarang ketika masuk ke sebuah lingkungan baru, kita akan berpersepsi sendiri. Contohnya pas kita masuk ke sebuah sekolah, kita suka tiba-tiba nebak ‘ini sekolah favorit, sedangkan aku otaknya limit! wah gak bakal bisa ngimbangi

Bisa dengan cara sharing pada seseorang yang telah tahu seluk-beluk lingkungan tersebut dan mencari informasi baru tentang lingkungan baaru tersebut

### **2. Siap Sedia**

Kalau kita sudah tahu sedikit-banyak tentang lingkungan baru tersebut, tentu kita harus siap sedia fisik dan mental. Kita mesti punya gambaran tentang bagaimana harus bersikap, kebiasaan apa yang diterima/ tidak, cuacanya seperti apa, adat-istiadatnya bagaimana, watak orang-orangnya seperti apa dst.

### **3. Memulai Percakapan**

Ketika kita ada dalam pusaran lingkungan baru, yang dilematis dalam benak kita adalah; kalau diam terus takut dibilang jutek, kalau tiba-tiba hangat takut dikira Sok Kenal Sok Dekat... Jadi?

Jika kita bandingkan efek negatifnya, pilihan kedua lebih baik. Sebisa mungkin kita bersikap hangat dengan senyum, menyapa bahkan membuka percakapan. Kita niatkan semata-mata agar terjalin rasa sayang setelah saling mengenal.

### **4. Bertanya Saja**

Lingkungan baru tentu asing bagi skema diri kita. Sebelum melangkah lebih jauh, ada baiknya kita ketahui keadaan sekitar dengan bertanya pada orang sekitar. Wajar kita banyak bertanya, malah orang yang ditanya pun tentu tak akan risih.

Bukannya merasa repot atau terganggu, mereka justru saling timpal untuk menambahkan apa yang mereka tahu tentang sesuatu yang kita tanyakan.

#### 5. **Berkeliling**

Sekolah baru, tempat kerja baru, dst... ada baiknya kita berkeliling untuk melihat dan memahami situasi lapangan. Pada saat itu kita dan orang-orang 'lama' akan saling bertemu, nah itulah waktu yang tepat untuk saling membalas senyum, tanya-jawab sederhana, bersalaman, dsb. Sehingga mereka dan kita akan sama-sama tidak kaget dan saling menerima keberadaan masing-masing.

#### 6. **Sugesti diri**

Tips yang bermanfaat lain adalah mensugesti diri dengan hal-hal positif. Yakinkan dalam diri kita bahwa lingkungan yang baru akan memperkaya diri kita sendiri dengan cerita-cerita baru, teman-teman baru, adat-istiadat baru, pengalaman baru, dst. Semua itu akan menyenangkan dan pasti melekat dalam ingatan. Sugesti itu dijamin memberi gairah dalam kehidupan di lingkungan baru kita!

#### 7. **Berbaur**

Sebetulnya kita tak perlu memaksa diri untuk cepat-cepat menerima lingkungan baru. Kita tidak mesti sesegera mungkin berbaur dengan hal-hal formal dalam lingkungan tersebut. Tetapi pelan-pelan dan pelajari terlebih dahulu agar kita idak salah cara dalam berbaur dengan lingkungan dan orang-orang baru

#### 8. **Be your self!**

Meski kita hidup di lingkungan baru, rasanya kita tak perlu memalsukan diri dengan identitas dan kepribadian baru. Cepat atau lambat, waktu akan tetap membongkar siapa diri dan karakter kita. Jadi, demi kenyamanan dalam bergaul dan interaksi, tetaplah jadi diri sendiri. Namun jangan lupa untuk menjunjung adat tempat kita berpijak.

## **Prosedur Permainan “Rantai Nama”**

### **Rantai Nama**

Tujuan : Menghafal nama masing masing siswa  
Durasi : 10-20 menit  
Materi : Sebuah spidol.

#### **Langkah Permainan**

1. Semua peserta duduk dikursi tanpa meja dalam bentuk lingkaran. Instruktur memperkenalkan nama dirinya kemudian instruktur memberikan sebuah spidol pada salah satu peserta.
2. Peserta yang menerima spidol lalu menerima spidol ini lalu memberikan spidol pada orang disebelahnya sambil berkata “ nama saya ..... ,spidol ini saya terima dari ... ( nama Instruktur ).
3. Demikian bergiliran sehingga tiap peserta harus selalu mengingat nama-nama peserta sebelumnya.

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA Negeri I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I / 2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Pribadi Sosial
Metode	: Ceramah, Diskusi tanya Jawab, Kuisisioner
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Peer Counseling
1. Standar Kompetensi	: (TP2) Mencapai kematangan dalam hubungan antara teman sebaya, serta perannya sebagai pria atau wanita
2. Kompetensi Dasar	: Memahami pentingnya peran sebagai konselor sebaya bagi teman sepermainannya dalam kehidupan sehari-hari
3. Indikator	: Mempunyai sikap empati, peduli dan mau membantu teman sebaya dalam menyelesaikan masalah
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Saling membantu, Peduli</b>

#### **A. Tujuan Layanan:**

1. Siswa bisa menunjukkan perannya sebagai konselor sebaya dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang ada pada teman sepermainannya

#### **B. Materi Layanan :**

1. Pengertian Peer Counseling
2. Tujuan
3. Fungsi dan Manfaat

#### **C. Strategi Layanan :**

Bimbingan Klasikal, Penugasan

#### D. Kegiatan Layanan :

##### 1. Pendahuluan (5 menit)

- a. Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
- b. Apersepsi
- c. Menyampaikan tujuan layanan
- d. Memotivasi siswa

##### 2. Kegiatan Inti (30 menit)

###### a. Mengamati

- Siswa diberi pertanyaan tentang apa itu Peer Counseling
- Guru menyimpulkan jawaban-jawaban yang disampaikan oleh siswa

###### b. Menanyakan

- Siswa diminta untuk bertanya apa manfaat, fungsi dan tujuan dari peer counseling

###### c. Mengeksplorasi

- Bersama dengan guru siswa berusaha untuk memahami pengertian, tujuan, manfaat dan fungsi dari Peer Counseling

###### d. Mengasosiasi

- Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan :
  - Pernahkan anda mencoba membantu teman anda tetapi tidak tahu apa yang harus dilakukan ? Jelaskan
  - Tahukah anda akan hal-hal seperti Kecemasan, Keprihatinan, Frustrasi, Empati
  - Bersediakah anda jika anda diminta menjadi konselor teman sebaya? Jelaskan alasannya

e. Mengkomunikasikan

- Siswa saling mengkomunikasikan alasan kenapa dia bersedia dan kenapa tidak bersedia jika menjadi konselor teman sebaya

3. Penutup (10 menit)

- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa memahami dan mengembangkan gaya belajar masing-masing untuk meningkatkan prestasinya
- Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. <http://konselingindonesia.com>
2. <https://ewintri.wordpress.com>
3. <https://ewintri.wordpress.com/2012/01/02/konseling-teman-sebaya-kts/>

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S. Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## Peer Counseling

### A. Pengertian Peer Counseling

Merupakan suatu wahana belajar bagaimana para siswa saling memperhatikan dan saling bantu satu sama lain. Konseling sebaya secara kuat menempatkan keterampilan-keterampilan komunikasi untuk memfasilitasi eksplorasi diri dan pembuatan keputusan

Konseling teman sebaya adalah program bimbingan yang dilakukan oleh siswa terhadap siswa yang lainnya. Siswa yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh konselor. Siswa yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor atau tutor yang membantu siswa lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, baik akademik maupun non-akademik. Di samping itu dia juga berfungsi sebagai mediator yang membantu konselor dengan cara memberikan informasi tentang kondisi, perkembangan, atau masalah siswa yang perlu mendapat layanan bantuan bimbingan atau konseling.

Program konseling teman sebaya mempunyai alasan-alasan yang rasional, terstruktur, aktifitasnya khas atau spesifik, personal yang melakukannya juga khusus dan diorganisir secara terus menerus. Program ini merupakan usaha mempengaruhi (memperbaiki tingkah laku yang dimiliki oleh siswa), yaitu tingkah laku yang dapat membedakan antara tingkah laku yang pantas dengan tidak pantas, dan menggunakan tingkah laku yang pantas menjadi identitas pribadi yang diharapkan, serta menemukan berbagai cara pemecahkan masalah, dan memberikan pengalaman yang memberikan motivasi mengikuti pelatihan untuk pengembangan diri mereka sebagai orang dewasa yang matang dan bertanggung jawab.

### B. Tujuan

1. Dapat membantu konselor dalam menangani siswa yang bermasalah
2. Membantu beberapa siswa yang sulit terbuka dengan konselor dalam menghadapi masalahnya
3. Membantu konselor dalam menuntaskan bimbingan dan konseling bagi setiap siswa

### C. Fungsi dan Manfaat

1. Menurut Krumbolth (1976) fungsi KTS :
2. Membantu siswa lain memecahkan permasalahannya.

3. Membantu siswa lain yang mengalami penyimpangan fisik.
4. Membantu siswa-siswa baru dalam menjalani pekan orientasi siswa untuk mengenal sistim dan suasana sekolah secara keseluruhan.
5. Membantu siswa baru membina dan mengembangkan hubungan baru dengan teman sebaya dan personil Melakukan tutorial dan penyesuaian sosial bagi siswa-siswa asing (kalau ada).
6. Manfaat KTS untuk siswa menurut Hamburd (1972) :
7. Siswa memiliki Kemampuan melakukan pendekatan dan membina percakapan dengan baik serta bermanfaat dengan orang lain.
8. Siswa memiliki Kemampuan mendengar, memahami dan merespon (3M), termasuk komunikasi nonverbal (cara memandang, cara tersenyum, dan melakukan dorongan minimal).
9. Siswa memiliki Kemampuan mengamati dan menilai tingkah laku orang lain dalam rangka menentukan apakah tingkah laku itu bermasalah atau normal.
10. Siswa memiliki Kemampuan untuk berbicara dengan orang lain tentang masalah dan perasaan pribadi.
11. Siswa memiliki Kemampuan untuk menggunakan keputusan yang dibuat dalam konseling menghadapi permasalahan-permasalahan pribadi, permasalahan kesehatan, permasalahan sekolah, dan permasalahan perencanaan hubungan dengan teman sebaya.
12. Siswa memiliki Kemampuan untuk mengembangkan tindakan alternatif sewaktu menghadapi masalah.
13. Siswa memiliki Kemampuan menerapkan keterampilan interpersonal yang menarik untuk mengusahakan terjadi pertemuan pertama dengan siswa yang minta tolong.
14. Siswa memiliki Kemampuan untuk mengembangkan keterampilan observasi atau pengamatan agar dapat membedakan tingkah laku abnormal dengan normal; terutama mengidentifikasi masalah dalam menggunakan minuman keras, masalah terisolasi, dan masalah kecemasan
15. Siswa memiliki Kemampuan mengalih tangankan konsli untuk menolongnya memecahkan masalahnya jika dalam KTS tidak dapat menyelesaikan.
16. Siswa memiliki Kemampuan mendemonstrasikan kemampuan bertingkah laku yang beretika.
17. iswa memiliki Kemampuan mendemontrasikan pelaksanaan strategi konseling.
18. Konseling teman sebaya juga bermanfaat untuk mengajar siswa-siswa dengan cara efektif, membantu kawan-kawannya untuk meringankan perasaan terisolir, dan kesepian di sekolah. Disamping itu siswa yang menjadi konselor teman sebaya dapat berlatih mengatasi masalah mereka sendiri dengan cara yang rasional, positif dan bermoral.



## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA Negeri I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I / 2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Pribadi Sosial
Metode	: Ceramah, Diskusi tanya Jawab, Kuisisioner
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Peer Counseling
1. Standar Kompetensi	: (TP2) Mencapai kematangan dalam hubungan antara teman sebaya, serta perannya sebagai pria atau wanita
2. Kompetensi Dasar	: Memahami pentingnya peran sebagai konselor sebaya bagi teman sepermainannya dalam kehidupan sehari-hari
3. Indikator	: Mempunyai sikap empati, peduli dan mau membantu teman sebaya dalam menyelesaikan masalah
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Saling membantu, Peduli</b>

#### **A. Tujuan Layanan:**

1. Siswa bisa menunjukkan perannya sebagai konselor sebaya dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang ada pada teman sepermainannya

#### **B. Materi Layanan :**

1. Pengertian Peer Counseling
2. Tujuan
3. Fungsi dan Manfaat

#### **C. Strategi Layanan :**

Bimbingan Klasikal, Penugasan

#### D. Kegiatan Layanan :

##### 1. Pendahuluan (5 menit)

- a. Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
- b. Apersepsi
- c. Menyampaikan tujuan layanan
- d. Memotivasi siswa

##### 2. Kegiatan Inti (30 menit)

###### a. Mengamati

- Siswa diberi pertanyaan tentang apa itu Peer Counseling
- Guru menyimpulkan jawaban-jawaban yang disampaikan oleh siswa

###### b. Menanyakan

- Siswa diminta untuk bertanya apa manfaat, fungsi dan tujuan dari peer counseling

###### c. Mengeksplorasi

- Bersama dengan guru siswa berusaha untuk memahami pengertian, tujuan, manfaat dan fungsi dari Peer Counseling

###### d. Mengasosiasi

- Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan :
  - Pernahkan anda mencoba membantu teman anda tetapi tidak tahu apa yang harus dilakukan ? Jelaskan
  - Tahukah anda akan hal-hal seperti Kecemasan, Keprihatinan, Frustrasi, Empati
  - Bersediakah anda jika anda diminta menjadi konselor teman sebaya? Jelaskan alasannya

e. Mengkomunikasikan

- Siswa saling mengkomunikasikan alasan kenapa dia bersedia dan kenapa tidak bersedia jika menjadi konselor teman sebaya

3. Penutup (10 menit)

- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa memahami dan mengembangkan gaya belajar masing-masing untuk meningkatkan prestasinya
- Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. <http://konselingindonesia.com>
2. <https://ewintri.wordpress.com>
3. <https://ewintri.wordpress.com/2012/01/02/konseling-teman-sebaya-kts/>

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S. Pd

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## Peer Counseling

### A. Pengertian Peer Counseling

Merupakan suatu wahana belajar bagaimana para siswa saling memperhatikan dan saling bantu satu sama lain. Konseling sebaya secara kuat menempatkan keterampilan-keterampilan komunikasi untuk memfasilitasi eksplorasi diri dan pembuatan keputusan

Konseling teman sebaya adalah program bimbingan yang dilakukan oleh siswa terhadap siswa yang lainnya. Siswa yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh konselor. Siswa yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor atau tutor yang membantu siswa lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, baik akademik maupun non-akademik. Di samping itu dia juga berfungsi sebagai mediator yang membantu konselor dengan cara memberikan informasi tentang kondisi, perkembangan, atau masalah siswa yang perlu mendapat layanan bantuan bimbingan atau konseling.

Program konseling teman sebaya mempunyai alasan-alasan yang rasional, terstruktur, aktifitasnya khas atau spesifik, personal yang melakukannya juga khusus dan diorganisir secara terus menerus. Program ini merupakan usaha mempengaruhi (memperbaiki tingkah laku yang dimiliki oleh siswa), yaitu tingkah laku yang dapat membedakan antara tingkah laku yang pantas dengan tidak pantas, dan menggunakan tingkah laku yang pantas menjadi identitas pribadi yang diharapkan, serta menemukan berbagai cara pemecahkan masalah, dan memberikan pengalaman yang memberikan motivasi mengikuti pelatihan untuk pengembangan diri mereka sebagai orang dewasa yang matang dan bertanggung jawab.

### B. Tujuan

1. Dapat membantu konselor dalam menangani siswa yang bermasalah
2. Membantu beberapa siswa yang sulit terbuka dengan konselor dalam menghadapi masalahnya
3. Membantu konselor dalam menuntaskan bimbingan dan konseling bagi setiap siswa

### C. Fungsi dan Manfaat

1. Menurut Krumbolth (1976) fungsi KTS :
2. Membantu siswa lain memecahkan permasalahannya.
3. Membantu siswa lain yang mengalami penyimpangan fisik.

4. Membantu siswa-siswa baru dalam menjalani pekan orientasi siswa untuk mengenal sistim dan suasana sekolah secara keseluruhan.
5. Membantu siswa baru membina dan mengembangkan hubungan baru dengan teman sebaya dan personil Melakukan tutorial dan penyesuaian sosial bagi siswa-siswa asing (kalau ada).
6. Manfaat KTS untuk siswa menurut Hamburd (1972) :
7. Siswa memiliki Kemampuan melakukan pendekatan dan membina percakapan dengan baik serta bermanfaat dengan orang lain.
8. Siswa memiliki Kemampuan mendengar, memahami dan merespon (3M), termasuk komunikasi nonverbal (cara memandang, cara tersenyum, dan melakukan dorongan minimal).
9. Siswa memiliki Kemampuan mengamati dan menilai tingkah laku orang lain dalam rangka menentukan apakah tingkah laku itu bermasalah atau normal.
10. Siswa memiliki Kemampuan untuk berbicara dengan orang lain tentang masalah dan perasaan pribadi.
11. Siswa memiliki Kemampuan untuk menggunakan keputusan yang dibuat dalam konseling menghadapi permasalahan-permasalahan pribadi, permasalahan kesehatan, permasalahan sekolah, dan permasalahan perencanaan hubungan dengan teman sebaya.
12. Siswa memiliki Kemampuan untuk mengembangkan tindakan alternatif sewaktu menghadapi masalah.
13. Siswa memiliki Kemampuan menerapkan keterampilan interpersonal yang menarik untuk mengusahakan terjadi pertemuan pertama dengan siswa yang minta tolong.
14. Siswa memiliki Kemampuan untuk mengembangkan keterampilan observasi atau pengamatan agar dapat membedakan tingkah laku abnormal dengan normal; terutama mengidentifikasi masalah dalam menggunakan minuman keras, masalah terisolasi, dan masalah kecemasan
15. Siswa memiliki Kemampuan mengalih tangankan konsli untuk menolongnya memecahkan masalahnya jika dalam KTS tidak dapat menyelesaikan.
16. Siswa memiliki Kemampuan mendemonstrasikan kemampuan bertingkah laku yang beretika.
17. iswa memiliki Kemampuan mendemonstrasikan pelaksanaan strategi konseling.
18. Konseling teman sebaya juga bermanfaat untuk mengajar siswa-siswa dengan cara efektif, membantu kawan-kawannya untuk meringankan perasaan terisolir, dan kesepian di sekolah. Disamping itu siswa yang menjadi konselor teman sebaya dapat berlatih mengatasi masalah mereka sendiri dengan cara yang rasional, positif dan bermoral.

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

### BIMBINGAN KLASIKAL

Nama Sekolah	: SMA Negeri I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	:
Semester/Tahun Pelajaran	: I / 2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Sosial
Metode	: Ceramah, Diskusi, Tanya Jawab
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Memahami Hubungan Dengan Lawan Jenis
Standar Kompetensi	: (TP2) Mencapai kematangan dalam hubungan antara teman sebaya, serta perannya sebagai pria atau wanita
Kompetensi Dasar	: Mampu mewujudkan secara efektif, efisien dan produktif tentang hubungan dengan lawan jenis sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat
Indikator	: Mempunyai kematangan dalam hubungan dengan lawan jenis,
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Tanggung jawab</b>

#### A. Tujuan Layanan:

1. Siswa mengetahui dan memahami pengertian hubungan dengan lawan jenis
2. Siswa mengetahui dan memahami dampak hubungan dengan lawan jenis
3. Siswa mengetahui dan memahami tips hubungan dengan lawan jenis yang baik
4. Siswa mampu menerapkan hubungan dengan lawan jenis yang baik dalam kehidupan sehari-hari

#### B. Materi Layanan :

1. Pengertian hubungan dengan lawan jenis
2. Dampak hubungan dengan lawan jenis
3. Tips hubungan dengan lawan jenis yang baik

C. Strategi Layanan :

Bimbingan Klasikal, Penugasan

D. Kegiatan Layanan :

1. Pendahuluan (5 menit)
  - a. Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
  - b. Apersepsi
  - c. Menyampaikan tujuan layanan
  - d. Memotivasi siswa
2. Kegiatan Inti (30 menit)
  - a. Mengamati
    - Siswa diminta berpendapat tentang hubungan dengan lawan jenis baik di sekolah maupun di rumah
  - b. Mengeksplorasi
    - Guru bersama siswa mendiskusikan tentang hubungan dengan lawan jenis
    - Siswa diminta menanggapi materi yang belum dipahaminya
    - Siswa menanggapi materi yang disampaikan dengan bahasanya sendiri
    - Siswa bersama guru berusaha menyimpulkan materi layanan tentang hubungan dengan lawan jenis
  - c. Mengasosiasi
    - Siswa diputarkan video tentang hubungan dengan lawan jenis
    - Siswa dimintakan untuk menanggapi video tersebut
3. Penutup (10 menit)
  - Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
  - Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa memahami dan mengembangkan hubungan dengan lawan jenis dengan baik di sekolah, di rumah dan di masyarakat
  - Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

Internet dan sumber lain yang relevan dengan materi layanan

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

HARTUTI, S.Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018



## HUBUNGAN DENGAN LAWAN JENIS

### 1. Teman Sebaya.

Teman sebaya (peer) adalah anak-anak atau remaja dengan tingkat kedewasaan yang relative sama. Biasanya cenderung berkelompok dan membentuk kelompok teman sebaya (peer group) atau yang populer disebut geng. Pubertas menandai titik balik dalam perkembangan sosial anak remaja. Sulit untuk mengetahui perkembangan sosial remaja sejak dini, tapi beberapa pola perilaku yang cukup bisa ditebak muncul hampir bersamaan dengan munculnya perubahan hormonal dan seksual. Bukan hal yang aneh jika kehidupan sosial seorang remaja berkembang di sekitar kelompok teman yang khusus, biasanya dari jenis kelamin yang sama. Umumnya saat remaja, kedekatan dengan orang tua sedikit berkurang. Remaja lebih sering terbuka kepada teman-teman sebayanya. Bagaimana dengan kalian sendiri? Tentunya kalian sudah mempunyai teman-teman sebaya bukan?

Kemungkinan pertemanan dalam geng di sekolah sangat erat. Menginjak kelas enam, dan mungkin saja lebih cepat, anak laki-laki atau perempuan bisa mengatakan pada orang tua siapa yang ada di kelompok mana. Selagi remaja melalui sekolah menengah, geng-geng bergabung dan membentuk kelompok besar. Tiba-tiba lawan jenis menjadi lebih banyak, dan kencan berkelompok menjadi hal yang umum. Sekumpulan remaja bisa saja pergi ke bioskop, mall, atau sekedar kumpul-kumpul bersama.

### 2. Pacaran

Pacaran merupakan proses pengenalan antara dua insan [manusia](#) yang biasanya berada dalam rangkaian tahap pencarian kecocokan menuju kehidupan [berkeluarga](#) yang dikenal dengan [pernikahan](#). Para remaja perlu memahami bahwa dalam berpacaran, tiap pasangan memiliki hak untuk dihargai oleh satu sama lain. Tiap orang berhak untuk tidak dimanfaatkan atau dianiaya baik secara fisik, emosional, maupun seksual. Begitu remaja mulai pacaran, kemungkinan pada satu titik ia akan jatuh cinta atau setidaknya ia pikir begitu. Hal ini terjadi begitu saja. Ia mengembangkan ketertarikan dengan seseorang yang bahkan mungkin saja tidak dikenalnya, seseorang yang baru saja dikenal. Seseorang yang tadinya tidak pernah kelihatan menarik tiba-tiba membuat jantung berdebar-debar, semuanya terlihat begitu menakjubkan, dan dunia seakan milik berdua. Banyak orang yang menyebut perasaan yang menggebu-gebu ini sebagai “naksir”, “mabuk kepayang” sampai “tergila-gila”. Tentunya kalian pernah merasakan perasaan ini bukan? Istilah “obsesi” menggambarkan ketertarikan menggebu-gebu yang sering disalah artikan sebagai cinta. Obsesi ibarat api yang membakar kertas Koran, api cepat menyala dan berkobar kuat, cepat pula padam. Cinta lebih tepat seperti menyalakan kayu bakar. Dibutuhkan persiapan dan waktu agar api bisa menyambar

dan tumbuh menjadi bara yang terus menyala. Begitu nyala, api tersebut dapat memberikan panas dan kehangatan.

Sebuah hubungan yang dimulai dengan obsesi dapat saja berkembang lebih dalam menjadi cinta atau padam begitu saja. Cinta juga dapat berkembang dalam hubungan yang awalnya tidak melibatkan obsesi yaitu hubungan yang dibangun dari pertemanan atau minat yang sama.

Tak ada yang salah dengan obsesi dan itu sah-sah saja. Namun, ketika obsesi dicampur adukkan dengan cinta, bukan tak mungkin akan berbuah masalah dan sakit hati. Seluruh hubungan, sama seperti persahabatan, harus melibatkan respect satu sama lain, komunikasi yang jujur, dan rasa senang saat menghabiskan waktu bersama. Cinta adalah sesuatu yang mutual, juga membutuhkan pengenalan dan penerimaan terhadap diri sendiri dan pasangan. Inti dari sebuah hubungan sejati yang penuh cinta adalah persahabatan, dibumbui dengan pengalaman mengarungi masa-masa sulit dan senang bersama.

Masa remaja adalah masa yang penuh perubahan dan coba-coba. Hubungan remaja bisa berlangsung dalam beragam variasi dan intensitas. Sebagian berlangsung beberapa hari, beberapa bulan, atau bahkan beberapa tahun. Beberapa remaja sangat berhati-hati dengan perasaan mereka, sementara yang lainnya tampak merasakan dan melupakan obsesinya berulang kali. Sebagian menganggap bahwa sekolah, kegiatan olahraga, ataupun teater lebih penting dari sebuah hubungan dan yang lainnya berusaha melakukan aktivitas berkelompok sebagai cara aman untuk “berkencan” tanpa tekanan.

### 3. Pacaran Sehat

Pacaran yang sehat adalah pacaran dengan mengetahui batas-batas yang sewajarnya. Pacaran di kalangan remaja sudah menjadi hal yang biasa. Pacaran boleh saja dilakukan di kalangan remaja, akan tetapi harus mengerti mengenai batasannya, apa yang boleh dilakukan dan apa yang tidak boleh dilakukan. Selain itu pacaran mempunyai dampak positif dan negatifnya, tergantung bagaimana kita menjalaninya. Namun pacaran di kalangan remaja diharapkan dapat menjadi motivasi dalam meraih prestasi belajar.

Pacaran itu diidentifikasi sebagai suatu tali kasih sayang yang terjalin atas dasar saling menyukai antara lawan jenis. Pacaran itu suatu hal yang mengesankan dan harus dipertahankan jika memang sudah sepadan. Seperti kata-kata berikut : “Jangan pernah takut untuk jatuh cinta mungkin akan begitu menyakitkan, dan mungkin akan menyebabkan kamu sakit dan menderita tapi jika kamu tidak mengikuti kata hati, pada akhirnya kamu akan menangis jauh lebih pedih karena saat itu menyadari bahwa kamu tidak pernah memberi”

#### A. Dampak Negatif dalam Berpacaran

##### 1. Mudah terjerumus ke dalam seks bebas

## 2. Mengurangi produktifitas

Jika tidak pacaran, seorang siswa tentunya bisa melakukan aktivitas lain yang lebih produktif misal membuat karya seni, menulis artikel, cerpen, puisi, karya tulis, mengerjakan PR, atau yang lainnya. Namun, produktifitasnya menurun karena mereka berpacaran.

## 3. Menjadikan hidup boros

Orang pacaran akan selalu berkorban untuk pacarnya. Bahkan uang yang seharusnya untuk ditabung bisa habis untuk bersenang-senang : membelikan hadiah pacarnya, membeli pulsa, mentraktir, nonton film, dan yang lainnya.

## 4. Akan melemahkan daya kretafitas dan menyulitkan konsentrasi, karena pikiran mereka hanya tertuju kepada pacarnya.

## 5. Akan menyebabkan terlambatnya studi. Banyak fakta yang menyebutkan bahwa menurunnya prosentase kelulusan para pelajar adalah akibat pacaran, mereka jarang belajar, karena jalan-jalan terus dengan pacarnya, tidak pernah beli buku (karena uangnya habis untuk berenang-senang).

## 6. Terjadinya pertengkaran dan pembunuhan, hanya karena rebutan pacar.

### B. Tips Pacaran yang Sehat

Bagaimana supaya kalian berpacaran yang sehat?

1. Sedapat mungkin hindarilah kontak bagian tubuh yang cukup sensitif atau biasa disebut daerah erotis, seperti bibir, payudara, pinggang, pantat, paha, dan daerah kelamin. Tentunya setiap orang tidak selalu sama dalam memiliki daerah erogen tersebut. Bagian-bagian tersebut mengandung saraf yang peka sehingga jika disentuh dapat mendorong timbulnya nafsu seksual. Selain itu juga harus dilakukan dengan mempertimbangkan konsekuensinya. Saling mengingatkan pada pacaran perlu dibicarakan bersama pasangan, pilihan-pilihan tentang aktivitas pacaran.
2. Tidak membiasakan kekerasan dalam mengatasi masalah. Tidak adanya kekerasan dalam berpacaran. berarti tidak dibenarkan berbuat seenaknya terhadap kaum perempuan. Jika boleh dibilang memang benar perempuan adalah kaum lemah, tapi mereka masih punya hati dan perasaan.
3. Sehat emosional. Bila kita menjalin hubungan dengan seseorang, harus di wahidkan juga pastinya kita ingin mempunyai rasa nyaman, saling pengertian, dan juga keterbukaan agar hubungan yang terjalin memiliki karakter yang matang tidak sekedar basa basi semata. Maksudnya adalah agar terjalin hubungan yang baik dan harmonis, walau pacaran sebaiknya itu semua harus di pegang. Yang paling penting

adalah bagaimana kita mengungkapkan dan mengendalikan emosi dengan baik agar setiap kejadian dalam hubungan bisa terkontrol.

4. Pacaran sebaiknya bersifat tidak mengikat, artinya hubungan sosial dengan yang lain tetap harus dijaga dan kita tidak selalu fokus hanya pada pacar saja. Setiap kali ketemu yang dibahas jangan masalah kasih sayang, gunakan untuk sharing, misalnya soal gaya hidup, pendidikan, curhat dengan mengacu pada sesama dan keagamaan.
5. Mendekatkan diri kepada Tuhan YME

Wajib karena jika kita tidak dekat kepada tuhan YME segala bisikan setan itu sangat mudah untuk membujuk kita. Dan ingat satu lagi, kalau mau pacaran harap terang-terangan maksud terang-terangan sebenarnya untuk membantu kita juga agar tidak tergoda akan bisikan makhluk halus

6. Sebagai penyemangat dan motivasi

Karena mungkin tahu kalau kalian pasti bakalan lebih nurut sama pacar dibandingkan sama orang tua kalian sendiri contoh kecil saja seperti ini, ketika kalian sakit dan disuruh makan oleh orang tua kamu, pasti mengatakan begini "Nanti saja mah, belum laper" namun begitu pacar sms "Ayo sayang makan dong, nanti kamu makin sakit loh" dan maka kamu langsung mau makan.

7. Belajar bersama

Ini sangat bermanfaat dan wajib diterapkan. Kebanyakan remaja pacaran diluar rumah/sekolah lalu menghabiskan uang berpuluh-puluh ribu bahkan beratus-ratus untuk hal tidak berguna sungguh disayangkan sekali tapi coba hal yang satu ini. Selain kalian bisa pacaran berdua-duaan sama pacar, kalian juga bisa saling bertukar ilmu dan kalian juga bisa saling membantu, contohnya "Unyil" punya pacar nih, pacarnya kebetulan jago banget dalam matematika sedangkan kamu lemah. Dan pacar kamu lemah dalam bahasa inggris namun kamu pintar pelajaran tersebut, dengan begitu dapat saling memberi masukan agar sama-sama pintar.

8. Mengenalkan pacar ke orang tua

Mengenalkan pacar ke orang tua tidak berarti kamu berhubungan serius banget dan bakal langsung menikah. Ini untuk kamu jaga-jaga dalam bertindak. Dengan kamu tahu orang tua pacar kamu, kamu bakal memikirkan perasaan mereka kalau kamu macam-macam dalam pacaran. Antisipasi saja

9. Jangan berpacaran dijam pelajaran

Peringatan jangan pacaran dijam pelajaran. Mengapa tidak boleh ? karena pertama akan mengganggu dalam jam pelajaran, kedua juga akan terkena marah guru sedangkan masih ada istirahat dan pulang sekolah

10. Jangan menonton film porno / bokep

Mengapa tidak boleh menonton film porno/bokep? Karena jika kalian menonton ini film porno/bokep pertama pasti kalian akan ketagihan bahkan bisa masuk jauh lebih dalam dan kalian juga pasti bisa berfikir untuk mencoba adegan tersebut dengan pasangan kalian dan umur kalian belum cukup untuk mengerti dan memahami hal tersebut.

11. Jaga pasangan kalian

Terakhir dari semua tips di atas adalah ini dan seperti yang sudah dikatakan, belum tentu pacar itu seratus persen milik kalian.

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA Negeri I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I / 2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Metode	: Ceramah, Diskusi, Tanya Jawab
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Memahami Sopan Santun
Standar Kompetensi	: (TP6) Mencapai kematangan gambaran sikap tentang kehidupan mandiri baik secara emosional, sosial, intelektual dan ekonomi
Kompetensi Dasar	: Mampu mewujudkan secara efektif, efisien dan produktif tentang sikap sopan santun sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat
Indikator	: Mempunyai sikap sopan santun dalam kehidupan baik di sekolah, di rumah maupun di masyarakat
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Sopan Santun, Tanggung jawab</b>

#### **A. Tujuan Layanan:**

1. Siswa mengetahui dan memahami pengertian sopan santun
2. Siswa mengetahui dan memahami manfaat sopan santun
3. Siswa mengetahui dan memahami contoh sopan santun dalam kehidupan sehari-hari
4. Siswa mampu menerapkan sikap sopan santun dalam kehidupan sehari-hari

#### **B. Materi Layanan :**

1. Pengertian sopan santun
2. Manfaat sopan santun
3. Contoh sopan santun dalam kehidupan sehari-hari

C. Strategi Layanan :

Bimbingan Klasikal, Penugasan

D. Kegiatan Layanan :

1. Pendahuluan (5 menit)

- a. Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
- b. Apersepsi
- c. Menyampaikan tujuan layanan
- d. Memotivasi siswa

2. Kegiatan Inti (30 menit)

- a. Mengamati
  - Siswa diputar video tentang sopan santun
- b. Mengeksplorasi
  - Siswa diminta untuk berkomentar tentang video tersebut
  - Guru bersama siswa mendiskusikan tentang sopan santun
  - Siswa diminta menanggapi materi yang belum dipahaminya
  - Siswa menanggapi materi yang disampaikan dengan bahasanya sendiri
  - Siswa bersama guru berusaha menyimpulkan materi layanan tentang sopan santun
- c. Mengasosiasi
  - Siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok untuk berdiskusi tentang dampak jika tidak memiliki sopan santun
- d. Mengkomunikasikan
  - Siswa perwakilan kelompok diminta maju dan mengkomunikasikan tentang hasil diskusinya dalam kelompok
  - Siswa yang tidak maju diminta untuk mengomentari hasil diskusi yang telah dibacakan, serta mengomentari perilaku siswa yang maju saat mengomunikasikannya di depan kelas

3. Penutup (10 menit)

- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa memahami dan mengembangkan sopan santun baik di sekolah, di rumah dan di masyarakat
- Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. devianggraeni90.wordpress.com/2009/11/24/sopan santun/
2. <http://giskaarindra.blogspot.com/2009/11/sopan-santun-dan-manfaatnya.html>

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S.Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018



## **SOPAN SANTUN**

### **A. PENGERTIAN**

Menurut KBBI sopan merupakan tertib menurut adat yang baik, beradab (tingkah laku), baik kelakukannya. sopan adalah tingkah laku yang baik yang sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku. Sopan berhubungan dengan tingkah laku seseorang. Sedangkan santun, menurut KBBI merupakan halus dan baik (budi bahasanya). Santun adalah tutur kata atau bahasa yang baik yang sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku. Santun berhubungan dengan bahasa dan tutur kata seseorang. Maka sopan santun adalah sikap atau tingkah laku dan bahasa atau tutur kata yang baik yang sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku. Orang-orang yang memiliki sopan santun, berarti ia mempunyai etika dan tahu bagaimana cara menempatkan dirinya di berbagai kehidupan. Sopan santun sangat diperlukan dalam berinteraksi dan bergaul dengan berbagai macam orang dengan segala karakternya, agar terdapat keselarasan dalam berperilaku.

### **B. MANFAAT SOPAN SANTUN**

Manfaat sopan santun :

1. Dapat dihargai, dihormati, dan disenangi oleh banyak orang dimanapun tempat kita berada.
2. Dapat memupuk rasa persaudaraan, pertemanan, serta persahabatan.
3. Mendapat kepercayaan dari orang lain.
4. Mendapatkan penilaian yang positif karena melakukan perbuatan yang baik dari orang lain, sehingga orang lain pun akan bertingkah laku baik pula terhadap diri kita.
5. Dapat menghindari perselisihan, pertentangan, dan permusuhan dengan orang lain.
6. Menjaga hubungan baik dan harmonis dengan orang yang berada di sekitar kita.

### **C. CONTOH SOPAN SANTUN DALAM KEHIDUPAN**

#### **a. Di Rumah :**

- Tidak berbicara keras atau kasar kepada orang tua atau orang yang usianya lebih tua daripada kita, seperti kakak, nenek, kakek dan lain-lain.
- Tidak memerintah orang tua untuk melakukan sesuatu yang kita inginkan.
- Tidak membantah perintah orang tua.
- Mendengarkan bila orang tua sedang berbicara dengan kita.
- Sebelum berpisah kita meminta izin terlebih dahulu kepada orang tua dan mencium tangan mereka.

b. Di Sekolah :

- .Menghormati ibu bapak guru atau ibu bapak dosen.
- Tidak mencela atau mengejek sesama teman.
- Berbicara dengan ramah kepada sesama teman, guru ataupun dosen.
- Tidak mengobrol bila guru atau dosen sedang menerangkan materi.

c. Di Lingkungan masyarakat :

- Menghargai dan menghormati setiap orang, terutama orang yang usianya lebih tua daripada kita.
- Menghargai pendapat orang lain.
- Tidak melakukan sesuatu yang melanggar norma-norma, seperti menyakiti ataupun menghina orang lain.
- Menutup mulut ketika sedang menguap di tempat umum.
- Tidak memotong pembicaraan orang lain secara tiba-tiba.
- Bila bertemu dengan orang yang kita kenal, maka sebaiknya kita menyapanya.
- Tidak meludah di sembarang tempat
- Tidak membuang gas (kentut) didekat orang banyak.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA N I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: XII
Semester/Tahun Pelajaran	: I/2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: 13 Agustus 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Karir
Metode	: Ceramah, Diskusi, Penugasan
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Career Mapping
Standar Kompetensi	: (TP5) Mencapai kematangan dalam pilihan karir
Kompetensi Dasar	: Memiliki gambaran yang mantap tentang karir yang dicita- citakan
Indikator	: Mampu membuat rancangan karir dan mampu melaksanakan rancangan karir yang sudah dibuatnya sendiri
Nilai Karakter	: Displin, Tanggung jawab

A. Tujuan Layanan :

1. Siswa mampu merencanakan karirnya dengan menggunakan peta karir
2. Siswa mampu melaksanakan rancangan yang ada dalam peta karir tersebut

B. Materi Layanan :

1. Pengertian Career Mapping
2. Pentingnya Career mapping
3. Bakat, minat, sifat kepribadian, cita-cita

C. Strategi Layanan :

Bimbingan Klasikal, Penugasan

#### D. Kegiatan Layanan :

##### 1. Pendahuluan (5 menit)

- Salam dan Doa
- Pembimbing membuka kegiatan layanan dan menanyakan kondisi siswa
- Pembimbing mengecek kehadiran siswa
- Pembimbing memberikan pengantar singkat tentang rencana kegiatan yang akan dilaksanakan

##### 2. Kegiatan Inti (30 menit)

###### a. Mengamati

- Siswa melihat video clip lagu “Lentera jiwaku”
- Siswa memperoleh gambaran tentang career mapping

###### b. Menanya

- Siswa memperoleh penjelasan tentang pengertian career mapping
- Siswa menanyakan tentang pentingnya career mapping
- Siswa menanyakan hal yang mempengaruhi pemilihan karir

###### c. Mengeksplorasi

- Siswa menuliskan cita-citanya dan menuliskan pengertian dari cita-citanya

###### d. Mencoba/Mengasosiasi

- Melalui penugasan siswa membuat career mapping
- Siswa menuliskan kelebihan dan kekurangan dari bakat, minat, ciri-ciri kepribadiannya dan bagaimana cara untuk menuju cita-citanya

###### e. Mengkomunikasikan

- Beberapa siswa mempresentasikan hasil dari career mapping yang telah dibuatnya

##### 3. Penutup (10 menit)

- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa paham tentang dampak dan cara untuk menghindari prasangka buruk
- Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. <http://humanforest.blogspot.co.id/2005/08/arti-sebuah-cita-cita.html>
2. <http://www.gadis.co.id/Ngobrol/Apa+itu+Bakat+dan+Minat%3F>
3. <http://www.sarjanaku.com/2012/12/pengertian-minat-menurut-para-ahli.html>
4. <http://humanforest.blogspot.co.id/2005/08/arti-sebuah-cita-cita.html>

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Kasihah, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S. Pd

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## **Career Mapping** **( Peta Karir )**

### **A. Pengertian Career Mapping**

Career Mapping adalah Gambaran masa depan yang Anda tuliskan secara konkret dan nyata.

### **B. Pentingnya Career Mapping**

- Mengukur potensi diri  
dengan mengetahui  
kelebihan & kekurangan diri
- Memperjelas tujuan karier yang diharapkan
- Mempermudah diri untuk mewujudkan target karier yang ingin dicapai
- Mengetahui  
latihan & tambahan keahlian  
apa yang diperlukan untuk mencapai karier yang diharapkan

### **C. Hal yang mempengaruhi dalam penulisan career mapping**

#### **1. Minat**

Menurut Para Ahli - Minat adalah kecenderungan dalam diri individu untuk tertarik pada sesuatu objek atau menyenangi sesuatu objek (Sumadi Suryabrata, 1988 : 109). Menurut Crow and Crow **minat adalah** pendorong yang menyebabkan seseorang memberi perhatian terhadap orang, sesuatu, aktivitas-aktivitas tertentu. (Johny Killis, 1988 : 26)

Karakteristik minat menurut Bimo Walgito :

- a. Menimbulkan sikap positif terhadap sesuatu objek.
- b. Adanya sesuatu yang menyenangkan yang timbul dari sesuatu objek itu.
- c. Mengandung suatu pengharapan yang menimbulkan keinginan atau gairah untuk mendapatkan sesuatu yang menjadi minatnya ( 1977 ; 4 )

#### **2. Bakat**

Sedangkan bakat adalah anugrah/talenta yang dimiliki seseorang. Sifat dasar, kepandaian, pembawaan yang muncul sejak lahir. Misalnya bakat menyanyi, bakat kesenian.

### 3. Sifat Kepribadian

**Kepribadian** adalah keseluruhan cara seorang **individu** bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain. Kepribadian paling sering dideskripsikan dalam istilah sifat yang bisa diukur yang ditunjukkan oleh seseorang

### 4. Cita-cita

Cita-cita adalah suatu impian dan harapan seseorang akan masa depannya, bagi sebagian orang cita-cita itu adalah tujuan hidup dan bagi sebagian yang lain cita-cita itu hanyalah mimpi belaka. Bagi orang yang menganggapnya sebagai tujuan hidupnya maka cita-cita adalah sebuah impian yang dapat membakar semangat untuk terus melangkah maju dengan langkah yang jelas dan mantap dalam kehidupan ini sehingga ia menjadi sebuah akselerator pengembangan diri namun bagi yang menganggap cita-cita sebagai mimpi maka ia adalah sebuah impian belaka tanpa api yang dapat membakar motivasi untuk melangkah maju. Manusia tanpa cita-cita ibarat air yang mengalir dari pegunungan menuju dataran rendah, mengikuti kemana saja alur sungai membawanya. Manusia tanpa cita-cita bagaikan seseorang yang sedang tersesat yang berjalan tanpa tujuan yang jelas sehingga ia bahkan dapat lebih jauh tersesat lagi. Ya, cita-cita adalah sebuah rancangan bangunan kehidupan seseorang, bangunan yang tersusun dari batu bata keterampilan, semen ilmu dan pasir potensi diri.

## SATUAN LAYANAN BIMBINGAN KONSELING

Nama Sekolah	: SMA N I Kasihan
Inti Layanan	: Pemahaman dan Pengembangan
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: 1/2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Pribadi, Belajar
Jenis Layanan	: Informasi
Pokok Bahasan	: Konsentrasi
Standar Kompetensi	: (TP6) Mencapai kematangan Gambaran dan Sikap Tentang Kehidupan Mandiri Secara Emosional, Sosial, Intelektual dan Ekonomi.
Kompetensi Dasar	: Memiliki kepribadian yang mandiri dalam bidang intelektual, terutama dalam berkonsentrasi ketika belajar ataupun dalam melakukan kegiatan sehari-hari
Indikator	: Meningkatkan konsentrasi dalam kegiatan belajar ataupun dalam melakukan kegiatan sehari-hari
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Semangat belajar, Disiplin, Tanggung jawab</b>

### A. Tujuan Layanan:

1. Agar siswa lebih fokus dan konsentrasi dalam belajar
2. Siswa mampu meningkatkan konsentrasi dalam kegiatan belajar ataupun dalam melakukan kegiatan sehari-hari



B. Materi Layanan :

1. Faktor yang mempengaruhi konsentrasi
2. Manfaat konsentrasi
3. Cara meningkatkan konsentrasi

C. Strategi Layanan

Bimbingan Klasikal, ceramah, diskusi

D. Uraian kegiatan

1. Kegiatan Awal (5 Menit)

- a. Orientasi mempersiapkan kelas secara fisik maupun psikis agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK
- b. Apersepsi
- c. Menyampaikan tujuan layanan
- d. Memotivasi siswa

2. Kegiatan Inti

- a. Mengamati
  - Siswa diberikan permainan yang berkaitan dengan konsentrasi
  - Siswa memaknai permainan
- b. Menanyakan
  - Siswa menanyakan tentang pengertian konsentrasi
  - Siswa menanyakan bagaimana cara meningkatkan konsentrasi
- c. Mengeksplorasi
  - Siswa membaca materi tentang konsentrasi yang ada di slide
  - Dengan bimbingan guru siswa memahami pengertian konsentrasi, manfaat konsentrasi dan cara meningkatkan konsentrasi
- d. Mencoba/ mengasosiasi
  - Melalui kerja kelompok siswa mencoba membuat cara-cara meningkatkan konsentrasi
  - Siswa saling berdiskusi menyampaikan ide-ide dan argumentasinya.

- Siswa memperoleh umpan balik dari temanya dan berusaha untuk merangkum dan menyimpulkan.

e. Mengkomunikasikan

- Secara bergilir siswa mempresentasikan hasil diskusinya

3. Penutup

- Bersama guru pembimbing siswa membuat kesimpulan tentang pengertian, manfaat dan cara-cara meningkatkan konsentrasi
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa menjadi pribadi yang lebih baik dalam konsentrasi belajar
- Do'a penutup.

E. Evaluasi :

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

F. Tindak lanjut :

Melaksanakan konseling individu atau bimbingan kelompok bagi siswa yang masih mengalami masalah

G. Referensi :

- Suwarjo & Eva Imania Eliasa (2013), *55 Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Paramitra publishing
- <http://panduanguru.com/cara-meningkatkan-konsentrasi-belajar/>
- <http://pendidikan.galihpamungkas.com/tips-agar-mudah-berkonsentrasi-dalam-belajar/>

Mengetahui,  
Guru Pembimbing Lapangan

Hartuti, S. Pd.  
NIP. 19670809 199802 2 001

Kasihan, September 2015

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Sangaji Dwi Saputra  
NIM. 12104244018

## **MATERI BIMBINGAN**



### **Tujuan**

Menjaga konsentrasi sangatlah penting terutama ketika sedang belajar, tanpa konsentrasi belajar kita tidak akan maksimal bahkan bisa dikatakan hanya terlintas saja tanpa bisa dipahami. Susahnya berkonsentrasi menjadi hal yang harus dikoreksi dan harus dibenahi karena sangat mengganggu individu mendapatkan sesuatu pengertian baru. Oleh karena itu berkonsentrasi harus dioptimalkan agar proses pencapaian mengerti akan sesuatu terus berlanjut.

### **Pengertian**

Konsentrasi adalah kemampuan seseorang untuk mencurahkan perhatian dalam waktu yang relative lama

### **Faktor-faktor**

Seorang anak bisa berkonsentrasi dengan baik atau tidak, dapat dilihat dari beberapa hal Menurut Susanto (2006) konsentrasi dipengaruhi oleh dua faktor yaitu internal dan eksternal. Factor internal adalah factor yang muncul dalam diri anak itu, seperti kesiapan dalam menerima materi, kondisi kesehatan fisik, kondisi psikologis, modalitas belajar (auditorial, visual, atau kinestetik) juga emosi dalam diri anak. Sedangkan factor eksternalnya diantaranya suasana kelas, alat elektronik (televise, radio, handphone) sarana prasarana belajardan gaya mengajar guru.

### **Manfaat**

- a. Lebih mudah dan cepat menguasai materi ajar yang disajikan.
- b. Menambah semangat/motivasi untuk lebih aktif beraktifitas dalam belajar.
- c. Suasana belajar menjadi semakin nyaman.
- d. Munculnya hal-hal yang positif dalam diri.

- e. Meningkatkan rasa percaya diri akan materi yang disampaikan.
- f. Meningkatkan daya ingat.

### **Tips-Tips Meningkatkan Konsentrasi**

- a. Ingat selalu akan cita-cita

Hal ini akan memperkuat semangat bahkan niat untuk terus belajar dengan konsentrasi yang tinggi karena adanya dorongan dari dalam diri yaitu sebuah tujuan.

- b. Istirahat cukup

Istirahatlah dengan cukup maka itu akan mendorong anda untuk tetap semangat berkonsentrasi karena kelelahan yang tidak berarti akan urung datang ketika kita beristirahat dengan cukup.

- c. Hindar Gadget

Ketika sedang berkonsentrasi sebaiknya gadget dikesampingkan terlebih dahulu karena, hal tersebut akan menjadi penghambat untuk berkonsentrasi bahkan cenderung akan lebih asik menggunakan gadget ketika sekali saja menggunakannya.

- d. Contoh teman yang rajin

Teman yang rajin dan berprestasi dapat menjadi motivasi timbulnya semangat untuk berkonsentrasi dalam belajar.

- e. Kenali cara yang tepat dalam berkonsentrasi

Ketika sedang berkonsentrasi terkadang masing-masing orang berbeda-beda, kenali cara anda agar semangat berkonsentrasi. Bisa saja dengan memanfaatkan situasi yang tenang dan nyaman.

### **Kesimpulan**

Setiap anak mempunyai kesempatan dan peluang yang sama baik untuk menjadi anak yang berprestasi. Janganlah kita mengacu, menjadi anak yang berprestasi harus memiliki IQ (Intelligence Quotient) tinggi. Kita sering mengalami kesulitan untuk memfokuskan perhatian dan konsentrasi belajar. Kesulitan memfokuskan perhatian dan konsentrasi belajar di sekolah membuat kita tak mampu mencerna apa yang dijabarkan oleh guru.

Ada tiga komponen yang harus kita miliki, agar kita dapat melakukan kegiatan (proses) belajar, yaitu: Minat, Perhatian dan Motivasi. Minat dapat diartikan sebagai keinginan yang kuat untuk

memenuhi kepuasan kita, baik berupa keinginan memiliki atau melakukan sesuatu. Perhatian adalah proses pemusatan pengerahan aktivitas tenaga psikis (pikiran) dan fisik terutama indera dan gerakan tubuh pada fokus tertentu. Motivasi adalah dorongan atau usaha untuk mewujudkan perbuatan dalam bentuk aktivitas mencapai kebutuhan atau tujuan tertentu. Secara keseluruhan kita harus mempunyai tekad yang kuat agar konsentrasi tersebut muncul, agar mendukung proses belajar menjadi optimal dan dengan hasil yang optimal pula.

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA N I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I/2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Metode	: Ceramah, Diskusi tanya Jawab
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Cara mengendalikan dan mengarahkan emosi
Standar Kompetensi	: (TP6) Mencapai kematangan gambaran sikap tentang kehidupan mandiri baik secara emosional, sosial, intelektual dan ekonomi
Kompetensi Dasar	: Memiliki gambaran yang mantap tentang kehidupan mandiri secara emosional, sosial, intelektual dan Ekonomi
Indikator	: Mampu mewujudkan perilaku yang bisa mengendalikan dan mengarahkan emosi dalam kehidupan disekolah maupun diluar sekolah
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Disiplin, Tanggung jawab</b>

#### **A. Tujuan Layanan:**

1. Siswa mampu mengendalikan dan mengarahkan emosinya
2. Siswa mampu mewujudkan perilaku yang bisa mengendalikan dan mengarahkan emosinya

#### **B. Materi Layanan :**

1. Pengertian emosi
2. Macam-macam emosi dan cara mengendalikannya
3. Cara mengendalikan emosi
4. Dampak dari emosi

### C. Strategi Layanan :

Bimbingan Klasikal, Diskusi

### D. Kegiatan Layanan :

#### 1. Pendahuluan (5 menit)

- Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
- Apersepsi
- Menyampaikan tujuan layanan
- Memotivasi siswa

#### 2. Kegiatan Inti (35 menit)

- Mengamati
  - a. Siswa mendapatkan pertanyaan “Apakah itu emosi?”, “Apakah emosi hanya marah”
  - b. Siswa paham jika emosi itu tidak hanya marah
- Menanyakan
  - a. Siswa menanyakan pengertian emosi, macam-macam emosi dan cara mengendalikannya
  - b. Siswa menanyakan dampak emosi jika tidak bisa mengendalikannya
- Mengeksplorasi
  - a. Siswa memahami tentang emosi
  - b. Siswa menyeleksi mana emosi yang bisa merugikan orang lain dan diri sendiri dan mana yang tidak
- Mengasosiasi
  - a. Melalui kerja kelompok siswa mendeskripsikan tentang pengertian, macam-macam, dampak dan cara mengendalikan emosi berdasarkan pemahaman dan pengalaman mereka
  - b. Siswa saling berdiskusi menyampaikan ide-ide dan argumentasinya.
  - c. Siswa memperoleh umpan balik dari temanya dan berusaha untuk merangkum dan menyimpulkan.
- Mengkomunikasikan



- a. Masing-masing kelompok memaparkan hasil diskusinya secara singkat, dan kelompok lain memberikan tanggapan
  - b. Guru BK menjelaskan materi untuk memberikan pemahaman materi lebih mendalam mengenai emosi dan cara mengendalikan emosi
3. Penutup (5 menit)
- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan
  - Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa menjadi pribadi yang lebih baik dalam mengendalikan dan mengarahkan emosinya
  - Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. Mulyatiningsih Rudi, dkk. 2004. *Bimbingan Pribadi-Sosial, Belajar, Karir*. Jakarta : PT Grasindo
2. <http://rumambay.com/2011/11/24/pengertian-sabar-dan-macam-macamnya/>
3. <http://id.wikipedia.org/wiki/Kebahagiaan>
4. <http://byutiridhaandini.blogspot.com/2013/06/cinta-dan-benci-menurut-pandangan.html>
5. <http://iklanmanismadu.blogspot.com/2012/05/arti-syarat-ciri-berani-pemberani.html>
6. <http://awalilah.blogspot.com/2012/03/arti-kata-legowo.html>

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S. Pd.  
NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra  
NIM. 12104244018

## **Cara Mengendalikan dan Mengarahkan Emosi**

Semua orang pernah memiliki perasaan takut, marah, kesal, sedih, iri dan lain-lain. Perasaan-perasaan itu merupakan perwujudan dari emosi. Orang-orang sering menganggap emosi hanya berkaitan dengan marah saja. Anggapan tersebut keliru.

Emosi selalu menyertakan perilaku seseorang. Orang yang sedang marah akan tampak dari perilakunya, seperti melotot, mengucapkan kata-kata kasar, bahkan dapat memukul orang yang dikenai marah. Orang yang senang akan berperilaku berjingkrak-jingkrak dan tersenyum. Emosi akan merugikan apabila Anda tidak dapat mengendalikannya.

### **A. Pengertian Emosi**

Kita sering keliru dalam menggunakan istilah emosi. Istilah emosi sering digunakan hanya sebatas pada luapan rasa marah saja. Padahal, emosi meliputi semua perasaan seseorang yang terkena pengaruh. Perasaan yang terpengaruh karena adanya rangsang yang ditangkap oleh indera disebut emosi. Perbedaan rangsangan yang diterima oleh indera menimbulkan emosi yang berbeda-beda pula.

Contoh :

- Lulu mendengar ibunya sakit keras. Emosi yang muncul adalah sedih
- Murni mendengar adiknya peringkat 1 paralel. Emosi yang muncul adalah gembira
- Vivi melihat nilai wati lebih tinggi dari nilainya. Emosi yang muncul adalah iri

Ada orang yang mudah terpengaruh oleh kesan yang diterima indera. Adapula orang yang tidak mudah terpengaruh oleh kesan yang diterima indera. Menurut Heymans, mudah tidaknya perasaan seseorang terpengaruh oleh kesan-kesan disebut emosionalitas (Sumadi Suryabrata, 1994 hlm. 83)

Emosionalitas merupakan salah satu tipe kepribadian manusia. Berdasarkan emosionalitasnya maka manusia dapat digolongkan menjadi dua tipe berikut ini

- Orang yang emosionalitasnya tinggi merupakan orang yang mudah marah, mudah tersinggung, perhatian tidak mendalam, tidak suka tenggang-menenggang, pendiriannya kuat, dan selalu ingin berkuasa.
- Orang yang emosionalitasnya rendah mempunyai sifat berhati dingin, berhati-hati dalam menentukan pendapat, praktis, pandai menahan nafsu, suka tenggang-menenggang, dan selalu memberi kebebasan kepada orang lain.

## B. Macam-macam Emosi dan Cara Mengendalikannya

Adanya perbedaan rangsang yang diterima manusia mengakibatkan timbulnya perasaan emosi yang berbeda pula. Macam-macam emosi berdasarkan pengaruh perangsang yang diterima oleh indra antara lain emosi marah, emosi sedih, emosi iri, emosi takut dan emosi cinta. Berikut ini dijelaskan masing-masing emosi

### 1. Emosi marah

Seseorang yang marah terhadap orang lain disebabkan ia menganggap bahwa orang lain itu bersalah terhadap dirinya. Orang yang marah bisa menunjukkan perilaku agresif, mengganggu orang yang dikenai marah, memukul orang yang dikenai marah, bahkan membunuh dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain. Orang yang pemarah tidak disukai teman bahkan hidupnya menjadi tidak tenang.

Oleh karena itu Anda harus dapat mengendalikan emosi marah. Jika Anda dapat mengendalikan emosi marah, Anda akan mempunyai banyak teman. Demikian sebaliknya, bahkan anda akan bisa membuat hidup anda sendiritidak tenang

Ada beberapa hal yang bisa digunakan untuk mengendalikan marah

- Jika Anda akan marah maka segeralah berfikir tentang akibat buruk (negatif) yang akan terjadi
- Berusahalah menghilangkan sebab-sebab yang menimbulkan kemarahan. Jika yang menyebabkan Anda marah adalah orang lain, segeralah memaafkan orang tersebut

Sedangkan lawan dari emosi marah yaitu emosi sabar. Sabar berasal dari kata "*sobaro-yasbiru*" yang artinya menahan. Dan menurut istilah, sabar adalah menahan diri dari kesusahan dan menyikapinya sesuai syariah dan akal, menjaga lisan dari celaan, dan menahan anggota badan dari berbuat dosa dan sebagainya. Itulah pengertian sabar yang harus kita tanamkan dalam diri kita. Sabar harus kita terapkan dalam setiap aspek kehidupan kita. Bukan hanya ketika kita dalam kesulitan, tapi ketika dalam kemudahan dan kesenangan juga kita harus tetap menjadikan sabar sebagai aspek kehidupan kita.

### 2. Emosi Sedih, Susah, Duka atau pilu

Semua orang yang mengalami musibah pasti akan sedih. Karena sedih, seseorang bisa menangis. Menangis adalah salah satu ekspresi perasaan sedih. Ekspresi dari emosi sedih tidak hanya menangis. Orang yang sedih dapat mengurung diri dikamar dan tidak mau bergaul dengan orang lain

Seseorang yang tidak mampu mengendalikan emosi sedih biasanya mengekspresikannya secara berlebihan. Ekspresi sedih secara berlebihan, dapat merugikan diri sendiri

Contoh : Susi merasa sangat sedih karena tidak naik kelas. Oleh karena itu susi tidak mau bergaul dengan teman-temannya dan menutup diri serta sering murung.

Adapun emosi yang bisa membuat atau menghilangkan kesedihan, susah, duka atau pilu yaitu kebahagiaan. Kebahagiaan atau kegembiraan adalah suatu keadaan pikiran atau perasaan yang ditandai dengan kecukupan hingga kesenangan, cinta, kepuasan, kenikmatan, atau kegembiraan yang intens.

### 3. Emosi Iri

Orang yang sering membandingkan keadaan dirinya dengan keadaan orang lain. Jika dirinya lebih rendah atau kurang dari orang lain yang dibandingkan maka akan timbul rasa iri.

Emosi iri harus dapat dikendalikan dan diekspresikan secara positif. Ekspresi rasa iri yang positif akan menimbulkan gairah usaha dan meningkatkan kerja secara positif akan untuk menyamai orang yang dibandingkan itu. Jika Anda ingin menyamai orang lain yang lebih dari diri Anda maka sebaiknya Anda melakukan usaha yang positif bukan dengan usaha yang negatif

Agar terhindar dari emosi iri yang bersifat negatif dan akan semakin merugikan diri kita maka kita sebaiknya bersikap Legowo yang memiliki arti lapang dada atau sabar dan terima apa adanya. kata legowo bila kita kaji secara mendalam memiliki arti yang sangat baik bagi kita untuk menjalani kehidupan sehari-hari bermodalkan hati yang tulus dan ikhlas dengan keadaan apa adanya dan tidak neko-neko alias macam-macam, dalam perbuatan ataupun tindakan kita sehari hari. Tanamkan pada diri kita sifat yang sabar dan menerima apa adanya.

### 4. Emosi Takut

Ekspresi rasa takut dapat berupa lari menjauh dari objek penyebab takut. Rasa takut menyebabkan seseorang menghindari objek penyebab takut. Orang takut pada sesuatu objek karena menganggap objek tersebut dapat menyebabkan musibah. Perasaan takut yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan kejiwaan pada seseorang

Rasa takut yang berlebihan yang tidak masuk akal dan tidak disadari akal sehat akan dapat menyebabkan gangguan kejiwaan. Agar dapat terhindar dari gangguan kejiwaan, Anda harus menggunakan akal setiap menghadapi objek yang menakutkan

Untuk melawan ketakutan yang ada dalam diri maka kita harus berani. **Berani atau Pemberani** adalah Sikap pantang menyerah. Salah satu sifat yang dikaruniakan oleh Alloh SWT kepada setiap manusia, meskipun dalam hatinya merasa takut namun tetap maju meskipun rasa takut menyelimutinya. meski pertama mengalami kegagalan ia akan selalu memikirkan bagaimana kegagalan tersebut tidak terulang untuk yang kesekian kalinya. **Keberanian** adalah suatu tindakan memperjuangkan sesuatu yang dianggap penting dan mampu menghadapi segala sesuatu yang dapat menghalanginya karena percaya kebenarannya. **Keberanian** adalah suatu sifat mempertahankan dan memperjuangkan apa yang dianggap benar dengan menghadapi segala bentuk bahaya, kesulitan, kesakitan, dan lain-lain.

## 5. Emosi Cinta

Jika Anda mempunyai rasa cinta terhadap lawan jenis, kemungkinan anda selalu ingin bertemu. Namun, rasa ingin bertemu itu harus bisa dikendalikan. Sebab jika Anda tidak mengendalikan, dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Anda juga harus mengisi pertemuan-pertemuan tersebut dengan kegiatan yang positif dan dapat menambah semangat belajar.

Tetapi berhati-hatilah terhadap rasa cinta yang berlebihan karena bisa menimbulkan kebencian yang juga berlebihan. Kebencian merupakan sebuah [emosi](#) yang sangat kuat dan melambangkan ketidaksukaan, permusuhan, atau [antipati](#) untuk seseorang, sebuah hal, barang, atau [fenomena](#). Hal ini juga merupakan sebuah keinginan untuk, menghindari, menghancurkan atau menghilangkannya. Kadangkala kebencian dideskripsikan sebagai lawan daripada [cinta](#) atau [persahabatan](#); tetapi banyak orang yang menganggap bahwa lawan daripada cinta adalah ketidakpedulian. (*sumber : Dikutip dari : [id.wikipedia.org/wiki](http://id.wikipedia.org/wiki) ). Benci (hate) adalah salah satu bagian dari sifat-sifat manusia.*

Dalam ilmu psikologi, Dr. Sigmund Freud mendefinisikan benci sebagai pernyataan *ego* (ke-akuan) yang ingin menghancurkan sumber-sumber ketidakbahagiaannya.

## C. Cara Mengendalikan Emosi

Semua orang pernah mengalami takut, sedih, cinta, iri dan marah. Jika anda pernah mengaami emosi-emosi seperti itu maka Anda harus dapat mengendalikan dan mengarahkannya secara positif. Apabila Anda tidak dpat mengendalikan emosi dan tidak dapat mengarahkannya secara positif, Anda dapat merugikan diri sendiri dan orang lain.

Ada Beberapa cara mengendalikan dan mengarahkan emosi secara positif sebagai berikut

- Setiap tindakan Anda harus didasarkan pada akal sehat
- Berpikir tentang akibat negatif yang mungkin terjadi
- Berusahalah untuk memaafkan kesalahan orang lain

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA Negeri I KASIHAN
Inti Layanan	: Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I / 2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Belajar
Metode	: Ceramah, Diskusi tanya Jawab, Kuisisioner
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Memahami Gaya Belajar
Standar Kompetensi	: (TP4) Mengembangkan penguasaan ilmu, teknologi, dan seni sesuai dengan program kurikulum dan persiapan karir atau melanjutkan pendidikan tinggi serta berperan dalam kehidupan masyarakat yang lebih luas
Kompetensi Dasar	: Mampu mewujudkan secara efektif, efisien dan produktif tentang kegiatan belajar sesuai dengan ajaran agama
Indikator	: Mempunyai sikap disiplin belajar sebagai perwujudan perilaku ibadah
<b>Nilai Karakter</b>	<b>: Motivasi belajar, Disiplin, Tanggung jawab</b>

#### **A. Tujuan Layanan:**

1. Siswa Memahami Gaya belajar efektif dan efisien
2. Siswa Mampu mewujudkan Gaya belajar efektif dalam kegiatan belajar sehari-hari

#### **B. Materi Layanan :**

1. Pengertian gaya belajar
2. Mengapa perlu mengenali gaya belajar sendiri
3. Karakteristik dari masing-masing gaya belajar (Visual, Auditori, Kinestetik)
4. Berbagai pendekatan yang digunakan jika mengalami kesulitan pada masing-masing gaya belajar



C. Strategi Layanan :

Bimbingan Klasikal, Penugasan

D. Kegiatan Layanan :

1. Pendahuluan (5 menit)

- a. Salam Pembuka dan orientasi mempersiapkan kelas secara fisik agar lebih kondusif untuk kegiatan layanan BK ( mengabsen siswa)
- b. Apersepsi
- c. Menyampaikan tujuan layanan
- d. Memotivasi siswa

2. Kegiatan Inti (30 menit)

- a. Mengamati
  - Siswa dibagikan angket pernyataan tentang gaya belajar
  - Siswa memperoleh penjelasan tentang cara pengisian
  - Siswa mengamati tiap point dan melingkari point yang sesuai dengan dirinya
- b. Menanyakan
  - Siswa diminta untuk bertanya apabila ada istilah yang masih belum dipahami ataupun ada kalimat yang sulit untuk dipahami
- c. Mengeksplorasi
  - Guru bersama siswa mendiskusikan tentang gaya belajar
  - Siswa diminta menanggapi materi yang belum dipahaminya
  - Siswa menanggapi materi yang disampaikan dengan bahasanya sendiri
  - Siswa bersama guru berusaha menyimpulkan materi layanan tentang gaya belajar
- d. Mengasosiasi
  - Siswa memperoleh umpan balik dari guru tentang gaya belajar yang sesuai dengan dirinya berdasarkan angket yang telah disinya tadi
- e. Mengkomunikasikan
  - Siswa saling mengkomunikasikan gaya belajar yang sesuai dengan dirinya, dan bertukar pendapat tentang bagaimana cara mereka belajar dengan gaya belajar yang ada pada dirinya tersebut

3. Penutup (10 menit)

- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa memahami dan mengembangkan gaya belajar masing-masing untuk meningkatkan prestasinya

- Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. Iwan Sugiarto. 2004 . *Mengoptimalkan Daya Kerja Otak Dengan Berfikir Holistik & Kreatif*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
2. Bobbi DePorter, dkk. 2013. *Quantum Learning*. Bandung : PT. Mizan Pustaka
3. <http://www.tempo.co.id/edunet/> ; meiky/berbagai sumber

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Yogyakarta, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

HARTUTI, S.Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## GAYA BELAJAR

### A. Apa itu Gaya Belajar?

Gaya belajar atau *learning style* sering diartikan sebagai karakteristik dan preferensi atau pilihan individu mengenai cara mengumpulkan informasi, menafsirkan, mengorganisasi, merespon, dan memikirkan informasi tersebut.

Gaya belajar merupakan kunci untuk mengembangkan kinerja dalam pekerjaan, di sekolah, dan dalam situasi-situasi antar pribadi. Ketika anda sudah bisa mengenal gaya belajar Anda yakni bagaimana Anda menyerap dan mengolah informasi, maka Anda akan dapat menjadikan belajar dan berkomunikasi lebih mudah sesuai dengan gaya belajar Anda sendiri.

### B. Mengapa Perlu Mengenal Gaya Belajar Anda Sendiri?

Pengenalan gaya belajar ini akan melahirkan orang-orang yang lebih efektif untuk belajar dengan cara berkelompok, belajar secara sendiri-sendiri di kamar, belajar dengan cara berdiskusi, dan lain sebagainya. Gaya belajar dapat dibedakan menjadi tiga. *Pertama*, **gaya belajar visual**; yaitu gaya belajar yang lebih banyak menggunakan indra mata sebagai alat untuk menyerap informasi. *Kedua*, **Gaya belajar auditorial**; yaitu gaya belajar yang banyak menggunakan telinga sebagai alat untuk menyerap informasi yang masuk. *Ketiga* adalah **gaya belajar kinestetik**, yaitu gaya belajar yang lebih menekankan praktik langsung atas apa yang sedang dipelajari. Sebagai ilustrasi :

- a. Orang-orang visual banyak mengikuti ilustrasi atau membaca instruksi sendiri.
- b. Orang-orang auditorial lebih senang informasi itu dia dengarkan dari orang lain
- c. Sementara orang-orang kinestetik lebih senang kalau dibiarkan mengerjakan sendiri atau praktik langsung

### C. Karakteristik dari masing-masing gaya belajarnya (Visual, Auditori, Kinestetik)

Adapun ciri-ciri perilaku individu dengan karakteristik cara belajar seperti disebutkan diatas, menurut Iwan Suguarto (2004), adalah sebagai berikut :

#### 1. Karakteristik Perilaku Individu dengan Cara Belajar Visual

Individu yang memiliki kemampuan belajar visual yang baik ditandai dengan ciri-ciri perilaku sebagai berikut :

- a. Lebih mudah mengingat apa yang dilihat daripada apa yang didengar,
- b. Lebih senang membaca sendiri daripada dibacakan,

- c. Senang membaca dan dapat membaca cepat,
- d. Dapat mengeja dengan baik dan dapat membayangkan kata-kata dalam pikiran,
- e. Biasanya tidak terganggu oleh suara,
- f. Berpenampilan rapi dan teratur,
- g. Lebih memilih mendemonstrasikan sesuatu daripada menjelaskan dengan kata-kata,
- h. Mempunyai kebiasaan mencorat coret pada saat bercakap-cakap,
- i. Lebih menyukai seni yang tidak berhubungan dengan musik.

Bila berkomentar mengenai sesuatu hal pada saat mempelajari sesuatu, mereka cenderung berkata :

- a. Hal itu bisa saya lihat sekarang
- b. Saya ingin tahu gambaran detainya
- c. Kelihatannya perbuatan orang itu benar
- d. Saya bis membayangkan betapa menderitanya Anda
- e. Saya perlu menyusun dulu dalam sebuah skema

## **2. Karakteristik Perilaku Individu dengan Cara Belajar Auditorial**

Individu yang memiliki kemampuan belajar auditorial yang baik ditandai dengan ciri-ciri perilaku sebagai berikut :

- a. Lebih senang belajar dengan cara mendengarkan daripada membaca,
- b. Lebih senang mengingat apa yang diterangkan / didiskusikan dari pada apa yang dilihat,
- c. Senang membaca dengan bersuara atau pada saat membaca menggerakkan bibirnya,
- d. Mudah terganggu oleh suara-suara berisik,
- e. Biasanya merupakan pembicara yang cakap,
- f. Senang berbicara dan berdiskusi,
- g. Lebih menyukai musik dibandingkan dengan seni yang lain.

Mereka yang belajar secara auditori pada umumnya cenderung berkata :

- a. Perkataan orang itu kedengarannya benar
- b. Saya dengar apa yang kamu bilang
- c. Dengarkan saya dulu
- d. Sepertinya ada sesuatu yang mengatakan pada saya bahwa inilah jawabannya
- e. Saya dengar Anda tidak senang atas perlakuan orang itu.

## **3. Karakteristik Perilaku Individu dengan Cara Belajar Kinestetik**

Individu yang memiliki kemampuan belajar kinestetik yang baik ditandai dengan ciri-ciri perilaku sebagai berikut :

- a. Banyak bergerak sewaktu belajar dan tidak bisa diam di suatu tempat,
- b. Tidak dapat duduk diam di suatu tempat untuk waktu yang lama,
- c. Ketika berbicara dengan seseorang, ia akan berdiri mendekat ke arah orang yang diajak bicara,
- d. Ketika membaca, suka menggunakan jari atau pensil sebagai penunjuk,
- e. Bila ingin menarik perhatian seseorang, ia akan menyentuh orang tersebut,
- f. Sulit mengingat ciri suatu tempat apabila tidak pernah berada di sana,
- g. Menyukai bahasa isyarat atau gerak tubuh,
- h. Lebih menyukai seni tari dibanding seni lain.

Mereka yang belajar secara auditori pada umumnya cenderung berkata :

- a. Rasanya hal itu ada benarnya
- b. Saya kesulitan menangani masalah itu
- c. Coba beri saya contoh kongkretnya
- d. Saya masih belum menemukan kepastian
- e. Sepertinya kata-kata orang itu bisa saya pegang.

Seseorang yang mengenal dirinya akan lebih mudah mempelajari hal-hal baru menurut gaya belajar yang dominan pada dirinya. Dengan kata lain orang tersebut tahu cara yang tepat untuk mempelajari hal baru dan akhirnya akan mendapatkan pengetahuan dan hasil yang maksimal, seperti prestasi belajar yang tinggi

#### **D. Berbagai pendekatan yang digunakan jika mengalami kesulitan pada masing-masing gaya belajar**

1. Strategi untuk mempermudah proses belajar Visual adalah :
  - a. Gunakan materi visual seperti, gambar-gambar, diagram dan peta,
  - b. Gunakan warna untuk mengkilite hal-hal penting,
  - c. Banyak membaca buku-buku berilustrasi,
  - d. Gunakan multi-media (contohnya: komputer dan video),
  - e. Ilustrasikan ide ke dalam gambar.
2. Strategi untuk mempermudah proses belajar Auditori adalah :
  - a. Berpartisipasi dalam diskusi baik di dalam kelas maupun di dalam keluarga,
  - b. Membaca materi pelajaran dengan keras,
  - c. Dengarkan musik dalam belajar,
  - d. Diskusikan ide secara verbal ,

- e. Merekam materi pelajaran ke dalam kaset dan mendengarkannya sebelum tidur
3. Strategi untuk mempermudah proses belajar Kinestetik adalah :
- a. Jangan belajar sampai berjam-jam,
  - b. Belajar sambil mengeksplorasi lingkungannya ( contohnya: baca sambil bersepeda, gunakan obyek sesungguhnya untuk belajar konsep baru ),
  - c. Mengunyah permen karet pada saat belajar
  - d. Gunakan warna terang untuk menghilite hal-hal penting dalam bacaan
  - e. Belajar sambil mendengarkan musik.

## **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

### **BIMBINGAN KLASIKAL**

Nama Sekolah	: SMA N I KASIHAN
Inti Layanan	: Preventif, informasi dan Pemahaman Diri
Kelas	: X
Semester/Tahun Pelajaran	: I/2015-2016
Tanggal Pelaksanaan	: September 2015
Alokasi Waktu	: 1 X 45 menit
Bidang Bimbingan	: Belajar
Metode	: Ceramah, Diskusi, Video
Media	: Laptop, LCD, Power Point
Jenis Layanan	: Klasikal
Pokok Bahasan	: Cara Menghindari Prasangka Buruk
Standar Kompetensi	: (TP6) Mencapai kematangan gambaran sikap tentang kehidupan mandiri baik secara emosional, sosial, intelektual dan ekonomi
Kompetensi Dasar	: Memiliki gambaran yang mantap tentang kehidupan mandiri secara emosional, sosial, intelektual dan Ekonomi
Indikator	: Mampu memahami cara-cara menghindari dan dampak dari prasangka buruk serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari
Nilai Karakter	: <b>Displin, Tanggung jawab</b>

#### **A. Tujuan Layanan :**

1. Siswa mampu mengetahui cara mengatasi prasangka buruk
2. Siswa mampu menjauhi pikiran prasangka buruk
3. Siswa mampu mencegah pikiran prasangka buruk

#### **B. Materi Layanan :**

1. Pengertian Prasangka Buruk
2. Penyebab Prasangka Buruk
3. Dampak Prasangka Buruk
4. Cara Menjauhi Prasangka Buruk

C. Strategi Layanan :  
Bimbingan Klasikal

D. Kegiatan Layanan :

1. Pendahuluan (5 menit)

- Salam dan Doa
- Pembimbing membuka kegiatan layanan dan menanyakan kondisi siswa
- Pembimbing mengecek kehadiran siswa
- Pembimbing memberikan pengantar singkat tentang rencana kegiatan yang akan dilaksanakan

2. Kegiatan Inti (30 menit)

a. Mengamati

- Siswa melihat video yang menggambarkan tentang prasangka buruk
- Siswa memperoleh gambaran/informasi yang positif/negatif terkait prasangka buruk

b. Menanya

- Siswa menanyakan pengertian prasangka buruk
- Siswa menanyakan beberapa makna yang positif dan negatif dari melihat video
- Guru menugaskan siswa untuk mencari contoh perilaku yang menandakan prasangka buruk dalam kehidupan sehari-hari
- Guru menugaskan siswa untuk memahami dampak yang diterima akibat prasangka buruk

c. Mengeksplorasi

- Siswa membaca materi prasangka buruk
- Siswa Memberikan contoh tentang prasangka buruk dalam kehidupan sehari-hari dan mengambil pelajaran dari dampak yang diperoleh akibat perbuatan prasangka buruk

d. Mencoba/Mengasosiasi

- Melalui kerja kelompok siswa mendeskripsikan tentang prasangka buruk, penyebab, dampak dan cara menghindari prasangka buruk
- Siswa saling berdiskusi menyampaikan ide-ide dan argumentasinya.
- Siswa memperoleh umpan balik dari temanya dan berusaha untuk merangkum dan menyimpulkan.

e. Mengkomunikasikan

- Secara bergilir siswa mempresentasikan hasil diskusinya dan beberapa siswa memberikan tanggapan



3. Penutup (10 menit)

- Menarik kesimpulan dari tema layanan yang didiskusikan bersama
- Memberikan komitmen pada peserta didik terhadap hasil layanan, bahwa setelah mendapatkan layanan ini siswa diharapkan bisa paham tentang dampak dan cara untuk menghindari prasangka buruk
- Doa dan salam

E. Sumber Belajar :

1. Gea, Antonius Atoshoki, dkk. (2005). *Relasi Dengan Sesama: Character Building II*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
2. Khavari, Khalil A. (2000). *The art Of Heppiness*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta
3. <http://cafemotivasi.com/kenapa-harus-menjauhkan-diri-dari-prasangka-buruk/>
4. [http://www.psikoterapis.com/?en\\_sebab-munculnya-prasangka,307](http://www.psikoterapis.com/?en_sebab-munculnya-prasangka,307)

F. Penilaian Hasil Layanan:

1. Teknik Penilaian: Laiseg (penilaian segera meliputi keterlaksanaan program, partisipasi siswa, pemahaman siswa)
2. Bentuk instrumen: Lembar cheklis pengamatan perilaku siswa, pertanyaan tentang materi layanan yang telah disampaikan
3. Instrumen: Pedoman Observasi, pertanyaan

Kasihani, September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa PPL Bimbingan dan Konseling

Hartuti, S. Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## Materi Bimbingan Sosial

### 1. Pengertian Prasangka Buruk

Prasangka buruk atau dalam bahasa arab disebut *sukhudzon* merupakan suatu sikap mendasar manusia, termasuk kita sendiri yang pernah mempersepsikan suatu hal yang melihat dari segi kelemahan atau negatifnya diri seseorang tersebut tanpa melihatnya lebih nyata akan obyek tersebut. Parahnya, efek dari prasangka buruk itu akan membuat si penafsir mencari kesalahan-kesalahan orang tersebut.

### 2. Penyebab Prasangka Buruk

- a. Adanya persaingan dengan orang lain
- b. Adanya permusuhan dengan orang lain
- c. Tidak toleransi terhadap sesama
- d. Mempunyai sifat cenderung otoriter dan kasar
- e. Frustrasi

### 3. Dampak Prasangka Buruk

Menurut Khalil A. Khavari (2000) orang-orang selalu menjadi korban prasangka. Korban-korban ini menanggung berbagai dampak negative. Sebagian dampak negative itu adalah sebagai berikut:

- a. Terjadi **permusuhan** antar satu sama lain sehingga memutuskan tali silaturahmi
- b. Menjadi terlalu berhati-hati atau **takut**.
- c. **Membantah**. Menyangkal keanggotaan dirinya pada kelompok sasaran prasangka. Misalnya dia mengubah namanya untuk menyamarkan identitasnya
- d. **Menarik diri**. Pindah kedaerah lain, mencari tempat yang lebih nyaman
- e. **Apatis**. Berusaha menyembunyikan perasaannya yang terluka dengan berpura-pura tak merasa terluka dan tak terganggu oleh perlakuan buruk yang di alamtkan kepadanya.
- f. **Militan**. Memberontak dan melawan penindasnya. Reaksi kasar ini dapat mendorongnya berbuat antisocial dan menggalang gerakan secara kelompok

### 4. Cara Menjauhi Prasangka Buruk

Untuk mencegah terjadinya prasangka buruk, ada kiat-kiatnya bila kita ingin benar-benar serius menjauhi sifat tercela tersebut, yaitu :

#### a. **Berfikirlah Positif**

Dengan berfikiran positif (kebalikannya dari berfikiran negatif) membuat hidup seseorang akan merasa tentram dan merasa nyaman. Terhindar akan berbuat suatu hal yang tidak diinginkan oleh orang lain yang mungkin tidak

akan terjadi permusuhan dan batin yang mendalam terhadap orang lain. Kadang dengan berfikiran positif, maka

seseorang yang kita sukai akan cenderung baik juga pada kita tanpa ada pengabaian dalam berkomunikasi.

**b. Belajar Mengerti akan Adanya Perbedaan.**

Dengan kita belajar *mengerti*, *memahami*, *memaklumi*, *menghargai* akan adanya keunikan dalam sifat diri kita juga kepribadian orang lain, maka tumbuh rasa keterbukaan seseorang dan terhindar dari sikap diskriminatif (pilih kasih) yang dapat merugikan seseorang karena tidak adanya sikap ketidakadilan bagi orang lain.

**c. Lengkapi Informasi**

Ada kalanya sebelum berprasangka, lebih baik mencari bukti (informasi) nyata terlebih dahulu. Teliti dan cermati secara matang akan informasi yang kita dapatkan, agar nantinya tidak dapat menimbulkan sikap fitnah ketika kita menanyakan pada orang yang kita prasangkai, apakah benar/ tidak informasi yang kita peroleh.

**d. Tingkatkan Ibadah**

Sering-seringlah mendekatkan diri pada Tuhan, dengan semakin meningkatkan kualitas ibadah merupakan salah satu cara yang efisien untuk menepis prasangka buruk serta membuat hati kita bersih dan damai. Merenung akan kesalahan kita, mengingat akan dosa kita, juga bisa membuat kita terhindar dari sifat prasangka buruk.

**e. Perbanyak Kegiatan**

Isi waktu dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat. Ini agar tidak ada waktu yang terbuang percuma sekaligus mencegah timbulnya pikiran-pikiran negatif.



## Sosiometri Kelas X MIPA 5

Pengaturan

Input Data

Tabulasi Arah Pilihan

Indeks Pemilihan

Sosiogram

Jumlah Data : 28

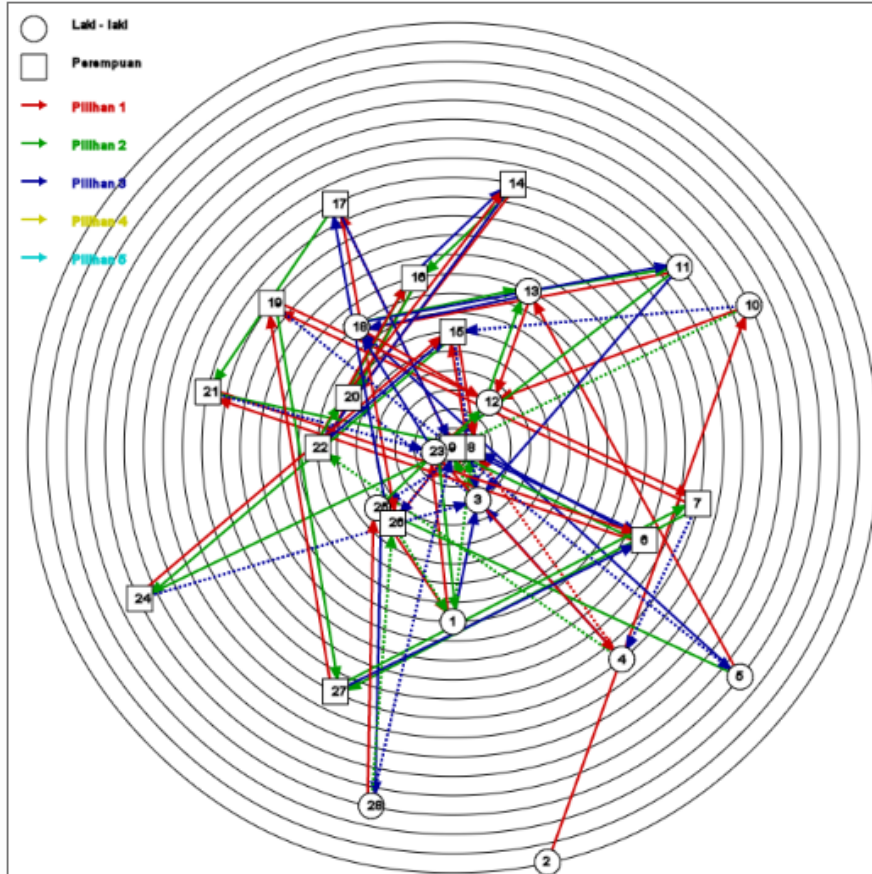
Keterangan 1, 2, 3, 4, 5 : dipilih sebagai pilihan ke-n

Laki - laki : 13

x : ditolak

Perempuan : 15

No.	Nama	Pemilih / Penolak																												Bobot Pemilih	Bobot Penolak
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
1.	Syah Jehan Pahlevi																							2		1	2		13	0	
2.	Falahudin Dwi N																												0	0	
3.	Riska kartikasari	3		3					2	3					3										3				19	0	
4.	Aldea Riska Novareka						3																1						8	0	
5.	Rizqi Fuqon Pehang																		3										3	0	
6.	Nadia Ramadhani							3												1							3		11	0	
7.	Elvin Ade Aryani																		1								2		9	0	
8.	Sekar Hasna Naila	2		1	3									1							2								21	0	
9.	Belinda Vika A		2		2					2							3							2				3	22	0	
10.	Salman Darpendi A		1																										5	0	
11.	Iga Argianto												2						3										7	0	
12.	Mochammad Faisal Ash-Shiddiqie									1			1						1							2			19	0	
13.	Muhammad Zulfa				1							2							2										13	0	
14.	Nurussyifa Raihani															3				1									8	0	
15.	Dea Estri Nurrani							1	3													3		1					16	0	
16.	Fahma Nuril Ashfia													2						2		1							13	0	
17.	Rahmi Nurhasanah			1																							3		8	0	
18.	Ardian Ibnu Setyadi				3						1		3										3						14	0	
19.	Anna Sholikhah Pancariyani						1																				1		10	0	
20.	Ika Yudyantari			3										1		2						2							16	0	
21.	Salma Ashilah					1											2												9	0	
22.	Kurnia Indah N				2										3		1				3								15	0	
23.	Muhhammad Haqiquurrahman	1							2		2	1										3							21	0	
24.	Vivi Nur Anisa														2														4	0	
25.	Agung Bangkit Nuswantoro				2		3																				1	1	17	0	
26.	Ghassani Hawadatuzzahra							1			3							1										2	17	0	
27.	Alivia Nur Fitri Wulandari							2												2									8	0	
28.	Faisal Munjid																									3			3	0	



- Titik - titik yang ada bisa dipindahkan untuk merapikan tampilan (berusaha agar garis tidak saling berimpitan)
- Titik - titik hanya bisa digeser didalam lingkarannya
- Sosiogram bisa disimpan menjadi file gambar dengan cara :
  - Klik tombol "Copy Image" di bawah ini.
  - Klik kanan pada gambar sosiogram hasil copy.
  - Pilih "Save Image As ..", tentukan lokasi penyimpanan file.

Copy Image

Mengetahui,  
Guru Pembimbing Lapangan

Hartuti, S. Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Kasihah, September 2015

Mahasiswa BK PPLUNY

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018





Nama :  
No. Absen :  
Kelas :

### **MENGETAHUI GAYA BELAJAR**

Tanggapilah pernyataan-pernyataan berikut ini dengan melingkari nomor yang sesuai dengan keadaan anda.

1. Saya lebih suka mendengarkan informasi yang ada di kaset dari pada membaca buku.
2. Jika saya mengerjakan sesuatu, saya selalu membaca instruksi terlebih dahulu.
3. Saya lebih suka membaca daripada mendengarkan kuliah/ceramah.
4. Saat saya seorang diri, saya biasanya memainkan musik atau lagu atau bernyanyi.
5. Saya lebih suka berolahraga dari pada membaca buku.
6. Saya selalu dapat menunjukan arah utara atau selatan di mana pun saya berada.
7. Saya suka menulis surat atau artikel.
8. Saat saya berbicara, saya suka mengatakan, "saya mendengar anda, itu terdengar bagus, itu bunyinya bagus".
9. Ruangan, meja, kamar, atau rumah saya biasanya berantakan/tidak teratur.
10. Saya suka merancang, mengerjakan, dan membuat sesuatu dengan kedua tangan saya.
11. Saya tahu hampir semua kata-kata dari lagu yang saya dengar.
12. Ketika mendengar orang lain berbicara, saya biasanya membuat gambar dari apa yang mereka katakan dalam pikiran saya.
13. Saya suka berolahraga dan saya rasa saya adalah olahragawan yang baik.
14. Mudah sekali bagi saya untuk mengobrol dalam waktu yang lama dengan kawan saya saat berbicara di telepon.
15. Tanpa musik, hidup amat membosankan.

Nama :  
No. Absen :  
Kelas :

### **MENGETAHUI GAYA BELAJAR**

Tanggapilah pernyataan-pernyataan berikut ini dengan melingkari nomor yang sesuai dengan keadaan anda.

1. Saya lebih suka mendengarkan informasi yang ada di kaset dari pada membaca buku.
2. Jika saya mengerjakan sesuatu, saya selalu membaca instruksi terlebih dahulu.
3. Saya lebih suka membaca daripada mendengarkan kuliah/ceramah.
4. Saat saya seorang diri, saya biasanya memainkan musik atau lagu atau bernyanyi.
5. Saya lebih suka berolahraga dari pada membaca buku.
6. Saya selalu dapat menunjukan arah utara atau selatan di mana pun saya berada.
7. Saya suka menulis surat atau artikel.
8. Saat saya berbicara, saya suka mengatakan, "saya mendengar anda, itu terdengar bagus, itu bunyinya bagus".
9. Ruangan, meja, kamar, atau rumah saya biasanya berantakan/tidak teratur.
10. Saya suka merancang, mengerjakan, dan membuat sesuatu dengan kedua tangan saya.
11. Saya tahu hampir semua kata-kata dari lagu yang saya dengar.
12. Ketika mendengar orang lain berbicara, saya biasanya membuat gambar dari apa yang mereka katakan dalam pikiran saya.
13. Saya suka berolahraga dan saya rasa saya adalah olahragawan yang baik.
14. Mudah sekali bagi saya untuk mengobrol dalam waktu yang lama dengan kawan saya saat berbicara di telepon.
15. Tanpa musik, hidup amat membosankan.

16. Saya sangat senang berkumpul dan biasanya dapat dengan mudah berbicara dengan siapa saja.
17. Saat melihat obyek dalam bentuk gambar, saya dapat dengan mudah mengenali obyek yang sama walaupun posisi obyek itu diputar atau dirubah.
18. Saya biasanya mengatakan, “saya rasa, saya perlu menemukan pijakan atas hal ini, atau saya ingin bisa menangani hal ini”.
19. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering sekali melihat pengalaman itu dalam bentuk gambar di dalam pikiran saya.
20. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering kali mendengar suara dan berbicara pada diri saya mengenai pengalaman itu.
21. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering kali ingat bagaimana perasaan saya terhadap pengalaman itu.
22. Saya lebih suka musik daripada seni lukis.
23. Saya sering mencoret-coret kertas saat berbicara di telepon atau dalam suatu pertemuan.
24. Saya lebih suka melakukan contoh peragaan dari pada membuat laporan tertulis atas suatu kejadian.
25. Saya lebih suka membacakan cerita daripada mendengarkan cerita.
26. Saya biasanya berbicara dengan perlahan.
27. Saya lebih suka berbicara daripada menulis.
28. Tulisan tangan saya biasanya tidak rapi.
29. Saya biasanya menggunakan jari saya untuk menunjuk kalimat yang saya baca.
30. Saya dapat dengan cepat melakukan penjumlahan dan perkalian dalam pikiran saya.
31. Saya suka mengeja dan saya pikir saya pintar mengeja kata-kata.
32. Saya akan sangat terganggu apabila ada orang yang berbicara pada saat saya sedang menonton televisi.
33. Saya suka mencatat perintah atau instruksi yang disampaikan kepada saya.
34. Saya dapat mengingat dengan mudah apa yang dikatakan orang.
35. Saya paling mudah belajar sambil mempraktekkan/melakukan
36. Sangat sulit bagi saya untuk duduk diam dalam waktu yang lama

16. Saya sangat senang berkumpul dan biasanya dapat dengan mudah berbicara dengan siapa saja.
17. Saat melihat obyek dalam bentuk gambar, saya dapat dengan mudah mengenali obyek yang sama walaupun posisi obyek itu diputar atau dirubah.
18. Saya biasanya mengatakan, “saya rasa, saya perlu menemukan pijakan atas hal ini, atau saya ingin bisa menangani hal ini”.
19. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering sekali melihat pengalaman itu dalam bentuk gambar di dalam pikiran saya.
20. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering kali mendengar suara dan berbicara pada diri saya mengenai pengalaman itu.
21. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering kali ingat bagaimana perasaan saya terhadap pengalaman itu.
22. Saya lebih suka musik daripada seni lukis.
23. Saya sering mencoret-coret kertas saat berbicara di telepon atau dalam suatu pertemuan.
24. Saya lebih suka melakukan contoh peragaan dari pada membuat laporan tertulis atas suatu kejadian.
25. Saya lebih suka membacakan cerita daripada mendengarkan cerita.
26. Saya biasanya berbicara dengan perlahan.
27. Saya lebih suka berbicara daripada menulis.
28. Tulisan tangan saya biasanya tidak rapi.
29. Saya biasanya menggunakan jari saya untuk menunjuk kalimat yang saya baca.
30. Saya dapat dengan cepat melakukan penjumlahan dan perkalian dalam pikiran saya.
31. Saya suka mengeja dan saya pikir saya pintar mengeja kata-kata.
32. Saya akan sangat terganggu apabila ada orang yang berbicara pada saat saya sedang menonton televisi.
33. Saya suka mencatat perintah atau instruksi yang disampaikan kepada saya.
34. Saya dapat mengingat dengan mudah apa yang dikatakan orang.
35. Saya paling mudah belajar sambil mempraktekkan/melakukan
36. Sangat sulit bagi saya untuk duduk diam dalam waktu yang lama





### **A. Identitas Konseli**

Nama : G

Jenis kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Etnis : Jawa

Siswa kelas : X

### **B. Diskripsi Masalah**

Pada konseling ini konseli menjelaskan tentang permasalahan yang dia alami dimana dia merasa kurang nyaman dengan keadaan di kelasnya karena ada beberapa orang yang kurang disukai karena sikapnya. Kejadian itu antara lain saat konseli sedang duduk di kelas kemudian ada siswa lain yang menyuruh teman temannya untuk duduk, sedangkan siswa F yang memberitahu tadi dalam posisi berdiri, dengan nada keras dan marah siswa tadi menyuruh teman-temannya untuk duduk, kemudian konseli memberikan tanggapan yang intinya memberikan masukan kepada siswa F tadi untuk memberikan contoh dulu baru menyuruh teman-temannya, akan tetapi si F tadi tidak terima dengan hal yang dilakukan oleh konseli. Hal itu membuat kondisi kelas dan juga hubungan antara F dan Konseli kurang harmonis, disisi lain ada sumber yang menyebutkan dari siswa bernama H yang menyebutkan bahawa F ini dari SMP memang memiliki watak yang keras kepala dan susah untuk diberitahu.

### **C. Kerangka Kerja Teoritik**

Pendekatan yang dipilih menggunakan *Person Centered*. Pendekatan ini dikembangkan oleh Carl Rogers sebagai bentuk reaksi atas beberapa kekurangan dalam teknik psikoanalisa. Pendekatan ini difokuskan pada tanggung jawab dan

kesanggupan konseli untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Konseli sebagai orang yang paling mengetahui dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas dari dirinya.

Rogers memandang bahwa konseli memiliki kemampuan dan kesanggupan untuk berlaku sehat dan jauh dari perilaku menyimpang. Pendekatan ini memandang bahwa manusia tidak perlu dilakukan perubahan perilaku untuk mencapai bentuk perilaku yang diharapkan. Konselor dalam melalui pendekatan ini memandang konseli mampu melakukan pilihan-pilihan yang berakar pada kesanggupan pribadi, kesadaran, dan tanggung jawab.

#### **D. Diagnosis**

Ketidakmampuan konseli untuk menyampaikan perasaan tidak nyamannya terhadap teman satu kelasnya yang dia karena memiliki sikap dan perilaku yang kurang disenangi oleh temansatu kelasnya.

#### **E. Prognosis**

Konseli mampu untuk mengungkapkan tentang permasalahan yang dialaminya terhadap orang yang bersangkutan

#### **F. Tujuan Konseling**

Membantu konseli untuk menemukan alternative-alternatif pemecahan permasalahan, tidak berlarut – larut khususnya dipermasalahan dengan teman satu kelasnya.

#### **G. Layanan Konseling**

##### **1. Pendekatan yang digunakan**

*Person Centered* dikenalkan oleh Carl Rogers. Pendekatan ini menekankan pada kepercayaan konselor terhadap konseli atas kemampuan mengatasi masalah yang sedang dihadapinya. Rogers memandang bahwa konseli memiliki kemampuan dan kesanggupan untuk berlaku sehat dan jauh dari perilaku menyimpang.

##### **2. Teknik**

Konselor sedapat mungkin menciptakan suasana yang nyaman bagi konseli untuk menunjang jalannya proses konseling. Kondisi tersebut meliputi aspek lingkungan secara umum maupun bagaimana konseli memberikan respon dan

umpan balik kepada konseli. Upaya ini didukung dengan membangun keterbukaan pada konseli, kepercayaan terhadap diri sendiri, tempat evaluasi internal, serta kesediaan untuk berproses.

3. Langkah-langkah konseling yang ditempuh

a. *Assesment.*

Langkah awal ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan konseli. Konselor mendorong konseli untuk menceritakan apa yang sebenarnya dialami oleh konseli. Langkah ini diperlukan untuk mengidentifikasi teknik apa yang akan dipilih sesuai dengan tingkah laku yang ingin diubah.

b. *Goal Setting.*

Langkah ini sebagai tahap untuk merumuskan tujuan konseling. Perumusan dilakukan melalui tahapan: 1) konselor dan konseli mendefinisikan masalah yang dihadapi konseli, 2) konseli mengkhususkan perubahan positif yang dikehendaki sebagai hasil konseling, 3) konselor dan konseli mendiskusikan tujuan yang telah ditetapkan konseli.

c. *Technique implementation*

Langkah ini bertujuan untuk menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan untuk mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling.

d. *Evaluation termination.*

Langkah ini untuk melakukan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai tujuan konseling.

e. *Feedback.*

Langkah ini bertujuan untuk memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.

4. Pelaksanaan konseling

Selama konseling, konselor memegang sebagian besar tanggungjawab atas kegiatan konseling, khususnya tentang teknik yang digunakan dalam konseling. Konselor mengontrol proses konseling dan bertanggungjawab atas hasil-

hasilnya. Teknik desentisasi sistematis dipakai karena memungkinkan konseli untuk mengatasi rasa malunya secara bertahap.

#### **H. Hasil yang dicapai**

Konseli mampu mengungkapkan permasalahan ini terhadap orang yang bersangkutan dan menyelesaikan permasalahan yang sedang dialami di kelasnya. Hingga akhir konseling, konseli sudah mampu memutuskan tindakan apa yang akan dilakukannya.

#### **I. Rencana Tindak Lanjut**

Memantau konseli selama 1 minggu, serta dilakukan konseling individual lebih lanjut bila diperlukan.



## LAPORAN HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

- A. Bentuk : Permainan
- B. Tujuan : Sebagai layanan agar siswa mampu mengenali dirinya sendiri dan teman disekitarnya
- C. Sasaran : Siswa kelas X
- D. Waktu : 1 x 45 menit
- E. Teknis Pelaksanaan :
1. Setiap siswa diminta untuk menyiapkan secarik kertas dan diberi nama mereka masing-masing
  2. Kertas tersebut kemudian akan diputar ketemannya secara mengular sesuai dengan hitungan praktikan
  3. Kemudian siswa diminta untuk menuliskan kelebihan si pemilik kertas
  4. Kemudian kertas diputar lagi sesuai hitungan praktikan, dan siswa diminta untuk menuliskan kekurangan si pemilik kertas
  5. Begitu seterusnya hingga beberapa putaran dengan perintah penulisan yang berbeda

Hasil : Hasilnya yaitu dari bimbingan kelompok melalui permainan “Kenali dirimu dan temanmu”, siswa sangat antusias dan dapat mengenali dirinya sendiri dan teman-teman disekitarnya.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SMA Negeri 1 KASIHAN BANTUL**

- A. Materi / Topik bahasan : Kenali dirimu dan temanmu  
 B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Sosial  
 C. Fungsi Layana : Pemahaman dan Pengembangan  
 D. Sasaran Layanan : Kelas X / Semester 1  
 E. Tempat Penyelenggaraan : Ruang Kelas  
 F. Pihak- pihak yang di libatkan : Guru BK dan Siswa  
 G. Metode : Permainan  
 H. Tujuan Layanan :  
     - Peserta didik mampu mengenali dirinya dan teman-teman disekitarnya  
     - Peserta didik lebih mengenali dirinya yang didapatkan dari penilaian dari teman-temannya  
 I. Uraian Kegiatan / Skenario :

No.	Kegiatan
<b>1.</b>	<b>Kegiatan Pendahuluan</b> a. Doa pembuka. Doa akan dipimpin oleh pemimpin kelompok. b. Menjelaskan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok.
<b>2.</b>	<b>Kegiatan Peralihan</b> a. Menjelaskan langkah – langkah permainan kenali dirimu dan temanmu yang digunakan sebagai bimbingan kelompok b. Mempersiapkan anggota untuk masuk ke tahap kegiatan dengan memastikan lagi kesiapan anggota dalam menjalani kegiatan bimbingan kelompok.
<b>3.</b>	<b>Kegiatan Inti</b> 1. Setiap siswa diminta untuk menyiapkan secarik kertas dan diberi nama mereka masing-masing 2. Kertas tersebut kemudian akan diputar ketemannya secara mengular sesuai dengan hitungan praktikan 3. Kemudian siswa diminta untuk menuliskan kelebihan si pemilik kertas 4. Kemudian kertas diputar lagi sesuai hitungan praktikan, dan siswa diminta untuk menuliskan kekurangan si pemilik kertas 5. Begitu seterusnya hingga beberapa putaran dengan perintah penulisan yang berbeda 6. Kemudian kertas dikumpulkan ke praktikan dan dikembalikan kepada pemilik kertas tersebut 7. Meminta beberapa siswa untuk membacakan isi kertasnya didepan kelas
<b>4.</b>	<b>Kegiatan Penutup</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Memberitahukan bahwa kegiatan akan diakhiri.</li> <li>b. Guru meminta siswa secara berurutan untuk menyampaikan kesan dan pesan yang diperolehnya dari permainan tali kusut ini</li> <li>c. Menawarkan untuk merencanakan pertemuan berikutnya</li> <li>d. Doa penutup, dipimpin oleh Guru BK .</li> </ul>
--	--

J. Sumber / Alat : *Tim Paramitra. 2011. Kumpulan Lengkap Materi Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta: Paramitra Publishing.*

K. Rencana Penilaian dan Tindak Lanjut

1. Penilaian Hasil

- a. Laiseg : Antusias dan respon siswa dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok
- b. Laijapen : Melihat perkembangan potensi yang ada pada peserta didik.
- c. Laijapan : Memantau perkembangan dan usaha yang telah dilakukan oleh peserta didik dalam mengembangkan potensi dirinya .

2. Catatan khusus

- a. Apabila masih ada siswa yang mengalami masalah dalam pengertian dan mengembangkan potensi dirinya maka akan dilakukan konseling individu.
- b. Merencanakan kegiatan layanan lanjutan dengan materi yang berbeda.

Mengetahui,  
Guru Pembimbing Lapangan

Kasihani, September 2015

Mahasiswa BK PPLUNY

Hartuti, S. Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## LAPORAN HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

- A. Bentuk : Permainan
- B. Tujuan : Sebagai layanan untuk melatih siswa untuk bekerjasama dengan teman atau orang lain, melatih siswa untuk bekerja dalam sebuah tim atau *teamwork*
- C. Sasaran : Siswa kelas X
- D. Waktu : 1 x 45 menit
- E. Teknis Pelaksanaan :
1. Kelompok terdiri dari 10 sampai 12 siswa
  2. Kelompok tersebut diberi 5 sampai 6 tali kusut sesuai dengan jumlah anggota yang dipegang oleh praktikan
  3. Praktikan meminta siswa berdiri melingkar dan masing-masing memegang ujung tali
  4. Dalam hitungan ketiga praktikan akan melepaskan pegangannya pada tali tersebut, dan siswa diminta untuk mengurai tali tersebut
  5. Peraturan utamanya, siswa memegang ujung tali, tidak boleh melepaskannya dan tidak boleh berpindah tangan baik tangan sendiri maupun tangan temannya.

Hasil : Hasilnya yaitu dari bimbingan kelompok melalui permainan “Kerjasama”, siswa sangat antusias dan dapat berpikir secara kreatif untuk mengurai tali, dan bekerja sama dengan temannya untuk mengurai tali kusut tersebut.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SMA Negeri 1 KASIHAN BANTUL**

- A. Materi / Topik bahasan : Meningkatkan Kerjasama  
 B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Sosial  
 C. Fungsi Layana : Pemahaman dan Pengembangan  
 D. Sasaran Layanan : Kelas X / Semester 1  
 E. Tempat Penyelenggaraan : Ruang Kelas  
 F. Pihak- pihak yang di libatkan : Guru BK dan Siswa  
 G. Metode : Permainan  
 H. Tujuan Layanan :  
     - Peserta didik mampu meningkatkan kerjasama melalui permainan  
     - Selain kerjasama peserta didik juga mampu untuk meningkatkan yang lainnya seperti tanggung jawab, kejujuran, kepemimpinan, kecermatan, ketelitian, dan menghargai pendapat orang lain  
 I. Uraian Kegiatan / Skenario :

No.	Kegiatan
<b>1.</b>	<b>Kegiatan Pendahuluan</b> a. Doa pembuka. Doa akan dipimpin oleh pemimpin kelompok. b. Menjelaskan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok.
<b>2.</b>	<b>Kegiatan Peralihan</b> a. Menjelaskan langkah – langkah permainan tali kusut yang digunakan sebagai bimbingan kelompok b. Mempersiapkan anggota untuk masuk ke tahap kegiatan dengan memastikan lagi kesiapan anggota dalam menjalani kegiatan bimbingan kelompok.
<b>3.</b>	<b>Kegiatan Inti</b> 1. Siswa diminta untuk memegang ujung tali yang sudah disediakan 2. Siswa diminta untuk bekerjasama mengurai tali kusut tersebut 3. Siswa hanya boleh memegang satu ujung tali dengan satu tangan dan tidak boleh berpindah tangan baik tangan sendiri maupun tangan orang lain. 4. Durasi waktu dihitung sampai semua tali benar-benar terurai 5. Siswa yang melanggar peraturan permainan akan diberi sanksi atau hukuman
<b>4.</b>	<b>Kegiatan Penutup</b> a. Memberitahukan bahwa kegiatan akan diakhiri. b. Guru meminta siswa secara berurutan untuk menyampaikan kesan dan pesan yang diperolehnya dari permainan tali kusut ini c. Menawarkan untuk merencanakan pertemuan berikutnya d. Doa penutup, dipimpin oleh Guru BK .

J. Sumber / Alat : Tim Paramitra. 2011. *Kumpulan Lengkap Materi Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.

K. Rencana Penilaian dan Tindak Lanjut

1. Penilaian Hasil

- a. Laiseg : Antusias dan respon siswa dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok
- b. Laijapen : Melihat perkembangan potensi yang ada pada peserta didik.
- c. Laijapan : Memantau perkembangan dan usaha yang telah dilakukan oleh peserta didik dalam mengembangkan potensi dirinya .

2. Catatan khusus

- a. Apabila masih ada siswa yang mengalami masalah dalam pengertian dan mengembangkan potensi dirinya maka akan dilakukan konseling individu.
- b. Merencanakan kegiatan layanan lanjutan dengan materi yang berbeda.

Mengetahui,  
Guru Pembimbing Lapangan

Kasihani, September 2015

Mahasiswa BK PPLUNY

Hartuti, S. Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018

## LAPORAN HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Bentuk : Permainan  
B. Tujuan : Sebagai layanan untuk melatih siswa untuk berpikir kreatif dan berpikir cepat tidak hanya melihat satu fungsi saja dari satu kegiatan

C. Sasaran : Siswa kelas X

D. Waktu : 1 x 45 menit

E. Teknis Pelaksanaan :

Praktikan memberikan contoh terlebih dahulu mengenai permainan kreatifitas dengan cara :

1. Praktikan menyebutkan benda berupa botol air mineral yang berfungsi selain untuk tempat air minum
2. Praktikan meminta siswa untuk menyebutkan fungsi lain benda tersebut.
3. Siswa menyebutkan bergiliran dari barisan depan sampai barisan belakang secara mengular
4. Siswa yang telah menyebutkan fungsi lain dari benda tersebut, tidak boleh disebutkan lagi dan harus mencari fungsi lain dari benda tersebut.
5. Waktu penyebutan dibatasi sekitar 10 detik

Hasil : Hasilnya yaitu dari bimbingan kelompok melalui permainan “Kreatifitas”, siswa sangat antusias dan dapat berpikir secara kreatif akan kegunaan lain dari botol mineral

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SMA Negeri 1 KASIHAN BANTUL**

- A. Materi / Topik bahasan : Meningkatkan Kretatifitas  
 B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi  
 C. Fungsi Layana : Pemahaman dan Pengembangan  
 D. Sasaran Layanan : Kelas X / Semester 1  
 E. Tempat Penyelenggaraan : Ruang Kelas  
 F. Pihak- pihak yang di libatkan : Guru BK dan Siswa  
 G. Metode : Permainan  
 H. Tujuan Layanan :  
 - Peserta didik mampu meningkatkan pola pikir kreatifitas melalui permainan  
 - Selain kretifitas peserta didik juga mampu untuk meningkatkan yang lainnyaseperti berpikir cepat, melatih daya pikir, ddaya ingat, kecermatan, ketelitian dll  
 - Melatih tanggungjawab dan kedisiplinan karena dalam permainan ini siswa yang tidak bisa menyebutkan akan diberikan hukuman  
 I. Uraian Kegiatan / Skenario :

No.	Kegiatan
<b>1.</b>	<b>Kegiatan Pendahuluan</b> a. Doa pembuka. Doa akan dipimpin oleh pemimpin kelompok. b. Menjelaskan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok.
<b>2.</b>	<b>Kegiatan Peralihan</b> a. Menjelaskan langkah – langkah permainan botol yang digunakan sebagai bimbingan kelompok b. Mempersiapkan anggota untuk masuk ke tahap kegiatan dengan memastikan lagi kesiapan anggota dalam menjalani kegiatan bimbingan kelompok.
<b>3.</b>	<b>Kegiatan Inti</b> 1. Siswa diminta untuk menyebutkan fungsilain dari botol selain untuk tempat air 2. Siswa menyebutkan bergiliran dari barisan depan sampai barisan belakang secara mengular 3. Siswa yang telah menyebutkan fungsi lain dari benda tersebut, tidak boleh disebutkan lagi dan harus mencari fungsi lain dari benda tersebut. 4. Waktu penyebutan dibatasi sekitar 10 detik 5. Setelah samapi belakang kemudian diputar lagi urutanya dibalik menjadi dari kebelakang kedepan 6. Setelah didapat 5 siswa yang tidak bisa menyebutkan permainan diberhentikan dan siswa tersebut diberi penghargaan berupa hukuman ringan



<b>4.</b>	<b>Kegiatan Penutup</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Memberitahukan bahwa kegiatan akan diakhiri.</li> <li>b. Guru meminta siswa secara berurutan untuk menyampaikan kesan dan pesan yang diperolehnya dari permainan botol ini</li> <li>c. Menawarkan untuk merencanakan pertemuan berikutnya</li> <li>d. Doa penutup, dipimpin oleh Guru BK .</li> </ul>

J. Sumber / Alat : *Tim Paramitra. 2011. Kumpulan Lengkap Materi Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta: Paramitra Publishing.*

K. Rencana Penilaian dan Tindak Lanjut

1. Penilaian Hasil

- a. Laiseg : Antusias dan respon siswa dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok
- b. Laijapen : Melihat perkembangan potensi yang ada pada peserta didik.
- c. Laijapan : Memantau perkembangan dan usaha yang telah dilakukan oleh peserta didik dalam mengembangkan potensi dirinya .

2. Catatan khusus

- a. Apabila masih ada siswa yang mengalami masalah dalam pengertian dan mengembangkan potensi dirinya maka akan dilakukan konseling individu.
- b. Merencanakan kegiatan layanan lanjutan dengan materi yang berbeda.

Mengetahui,  
Guru Pembimbing Lapangan

Kasihani, September 2015

Mahasiswa BK PPLUNY

Hartuti, S. Pd.

NIP. 19670809 199802 2 001

Sangaji Dwi Saputra

NIM. 12104244018



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Kasihan

ALAMAT SEKOLAH : Jl. Busian Selatan

GURU PEMBIMBING : Hartuti, S. Pd.

NAMA MAHASISWA : Sangaji Dwi Saputra

NOMOR MAHASISWA : 12104244018

FAK/JUR/PRODI : FIP/PPB/BK

DOSEN PEMBIMBING : Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si

No.	Hari/Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Senin, 10 Agustus 2015	Upacara Bendera	Diikuti seluruh siswa, guru, mahasiswa PPL UNY dan Sanata Dharma dalam waktu 1 jam. Semua siswa menjadi lebih disiplin ketika upacara berlangsung.	Masih ada siswa yang sering bergerak, melanggar dan mengobrol ketika upacara berlangsung.	Penegak kedisiplinan dan Guru memperingatkan siswa yang sering bergerak dan mengobrol agar memperhatikan
		Koordinasi dengan Guru BK tentang data pribadi siswa kelas XI yang akan dianalisis menggunakan komputer dan merancang desain tulisan "Pusat Informasi dan Konseling Remaja" yang akan dibuat papan nama	Mendapat data pribadi siswa sejumlah 6 kelas yang masih ditulis tangan. Diperoleh desain papan nama PIK R. Dilaksanakan dalam waktu 1 jam	Masih ada beberapa siswa yang belum mengisis data secara lengkap	Memanggil siswa yang bersangkutan untuk melengkapi data pribadinya
		Mempersiapkan DCM dan sosiometri	Mencetak lembar DCM dan sosiometri sejumlah 30 lembar. Dilaksanakan 30 menit	Tidak ada hambatan	
		Mengambil data dengan menggunakan DCM dan Sosiometri, melakukan permainan	Diperoleh data sejumlah 28 siswa di kelas X MIPA 5	Ada beberapa siswa yang tidak paham dengan	Mahasiswa PPL UNY Prodi BK menjelaskan kalimat



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

		penutup jam pelajaran di kelas X MIPA 5	dan hasil DCM kan diolah sebagai pedoman pembuatan RPL. Dilaksanakan 1 jam 30 menit	kalimat pernyataan yang ada di DCM	yang tidak dipahami oleh siswa tersebut
Selasa, 11 Agustus 2015		Menganalisis DCM	Diketahui siswa yang mempunyai permasalahan pribadi, sosial, belajar, karir. Dilaksanakan selama 5 jam	Tidak ada hambatan	
		Mendesain papan nama "Pusat Informasi dan Konseling Remaja"	Mendesain papan nama PIK R menggunakan aplikasi Corel Draw. Dilaksanakan selama 1 jam	Kesulitan mencari logo SMA dan Kabupaten yang beresolusi tinggi	Mencari logo di komputer sekolah
		Mempersiapkan RPL "Peer Counseling"	Diperoleh RPL tentang Peer Counseling. 2 jam	Sulit mendapatkan materi dari buku	Konsultasi dengan guru pembimbing dan diberi materi dari hasil MGBK
Rabu, 12 Agustus 2015		Mendesain papan nama "Pusat Informasi dan Konseling Remaja"	Mendesain papan nama PIK R menggunakan aplikasi Corel Draw. Dilaksanakan selama 1 jam	Tidak ada hambatan	
		Menganalisis data pribadi kelas XI	Diperoleh data kelas XI MIPA 2. Dilaksanakan	Tidak ada hambatan	



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

		Memberikan layanan klasikal di kelas X IPA 6 "Peer Counseling"	<p>selama 4 jam</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa paham tentang peer counseling</li> <li>• Siswa aktif bertanya dan menjawab pertanyaan tentang peer counseling</li> <li>• Siswa menjawab pertanyaan tentang peer counseling dan pada soal no. 3 siswa menjawab pertanyaan yang menyatakan bersedia atau tidak untuk menjadi konselor teman sebaya</li> <li>• Dilaksanakan selama 1 jam</li> </ul>	Siswa masih kebingungan untuk mengisi pertanyaan no. 3 dan ada beberapa item soal lainnya yang membuat siswa menjadi kebingungan	Praktikan menjelaskan hal yang dibingungkan dan yang ditanyakan oleh siswa
	Kamis, 13 Agustus 2015	<p>Piket Sekolah</p> <p>Memberikan layanan bimbingan klasikal di kelas XII MIPA 2 "Career Mapping"</p>	<p>Mengedarkan presensi ke setiap kelas, memencet bel tiap pergantian jam, menyampaikan tugas ke kelas yang ditinggal gurunya dan mengambil presensi pada saat bel pulang. Dilaksanakan selama 3 jam</p> <p>Siswa memahami tentang career mapping</p>	<p>Tidak ada hambatan</p> <p>Ada beberapa siswa yang kebingungan untuk</p>	Mahasiswa PPL UNY mengarahkan pada siswa



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

			Siswa mengisi career mapping sesuai dengan cita-cita yang dimiliki Dilaksanakan selama 2 jam	menentukan cita-citanya	untuk menentukan cita-citanya berdasarkan kelebihan, kekurangan bakat dan minat yang dimilikinya
	Jumat, 14 Agustus 2015	Menganalisis Data Pribadi siswa kelas XI	Diperoleh data kelas XI MIPA 2. Dilaksanakan selama 3 jam	Belum direkap secara keseluruhan dari data pribadi siswa kelas XI MIPA 3	Akan dilanjutkan pada waktu selanjutnya
	Sabtu, 15 Agustus 2015	Melakukan observasi kepada guru di kelas X MIPA 4  Mendesain poster dengan tema “Menghindari Prasangka Buruk”	Mengamati Guru BK yang sedang mengajar dikelas bertujuan untuk menyesuaikan dengan cara mengajar yang dilakukan oleh guru. Dilaksanakan selama 1 jam  Memperoleh desain tentang gaya belajar sesuai RPL dengan ukuran A3. Dilaksanakan selama	Tidak ada hambatan  Tidak ada hambatan	



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

		<p>Membantu petugas piket sekolah</p> <p>Memberikan layanan klasikal di kelas X IPS 2 "Peer Counseling"</p>	<p>3 jam</p> <p>Mengantarkan tugas kedalam kelas yang ditinggal gurunya, memencet bel pergantian jam, mengganti jadwal dipapan tulis ruang guru.</p> <p>1 jam</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa paham tentang peer counseling</li> <li>• Siswa aktif bertanya dan menjawab pertanyaan tentang peer counseling</li> <li>• Siswa menjawab pertanyaan tentang peer counseling dan pada soal no. 3 siswa menjawab pertanyaan yang menyatakan bersedia atau tidak untuk menjadi konselor teman sebaya</li> <li>• Dilaksanakan selama 1 jam</li> </ul>	<p>Tidak ada hambatan</p> <p>Siswa masih kebingungan untuk mengisi pertanyaan no. 3 dan ada beberapa item soal lainnya yang membuat siswa menjadi kebingungan</p>	<p>Praktikan menjelaskan hal yang dibingungkan dan yang ditanyakan oleh siswa</p>
	<p>Senin, 17 Agustus 2015</p>	<p>Upacara Bendera peringatan Hari Kemerdekaan Republik Indonesia yang ke 70</p>	<p>Diikuti seluruh siswa, guru, mahasiswa PPL UNY dan Sanata Dharma dalam waktu 1 jam. Semua siswa menjadi</p>	<p>Masih ada siswa yang sering bergerak, melanggar dan mengobrol ketika upacara berlangsung.</p>	<p>Penegak kedisiplinan dan Guru memperingatkan siswa yang sering bergerak dan mengobrol agar memperhatikan</p>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

			lebih disiplin ketika upacara berlangsung. Dilaksanakan selama 1 jam		
	Selasa, 18 Agustus 2015	Merekap data Pribadi	Diperoleh data sebagian kelas XI MIPA 2 dan sebaian kelas XI MIPA 4. Dilaksanakan selama 3 jam	Masih ada sekitar 50 % data pribadi siswa yang belum direkap	Akan direkap pada pertemuan selanjutnya
		Mendesain poster dengan tema “Gaya belajar”	Memperoleh desain poster tentang gaya belajar. 3 jam	Tidak ada hambatan	
	Rabu, 19 Agustus 2015	Merekap data pribadi siswa kelas XI	Memperoleh data pribadi siswa kelas XI MIPA 6. Dilaksanakan selama 3 jam	Tidak ada hambatan	
		Merekap dan memilih siswa yang berminat mengikuti PIKR	Diperoleh 14 siswa dari seluruh kelas X yang akan dijadikan pengurus PIK R periode 2015. Diaksanakan selama 2 jam	Banyak yang berminat untuk mengikuti PIK R	Diseleksi secara lebih selektif untuk memperoleh pengurus yang berkompeten
		Memberikan layanan klasikal di kelas X IPA 6 “adaptasi”	Diikuti oleh seluruh siswa kelas X IPA 6, siswa paham akan pentingnya adaptasi dilingkungan baru. Ada permainan penutup layanan klasikal Dilaksanakan 1 jam	Antusiasme siswa yang kurang terhadap materi layanan	Praktikan melakukan ice breaking untuk mengembalikan antusias siswa terhadap layanan
	Kamis, 20	Piket sekolah	Mengedarkan presensi ke	Tidak ada hambatan	



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

	Agustus 2015		setiap kelas, memencet bel tiap pergantian jam, menyampaikan tugas ke kelas yang ditinggal gurunya dan mengambil presensi pada saat bel pulang. Dilaksanakan selama 7 jam		
	Jumat, 21 Agustus 2015	Merekap data kesehatan siswa di uks  Merekap dan mengecek ulang data pribadi siswa	Memperoleh tambahan data kesehatan siswa. 2 jam Memperoleh data pribadi siswa X MIPA 2, 4 dan 6. 2 jam	Tidak ada hambatan  Tidak ada hambatan	
	Sabtu, 22 Agustus 2015	Menyusun RPL dan Video tentang sopan santun	Diperoleh RPL tentang emosi. 3 jam	Tidak ada hambatan	
	Senin, 24 Agustus 2015	Upacara Bendera  Membuat RPL dan power point untuk bahan mengajar tentang hubungan dengan lawan jenis	Diikuti seluruh siswa, guru, mahasiswa PPL UNY dan Sanata Dharma dalam waktu 1 jam. Semua siswa menjadi lebih disiplin ketika upacara berlangsung  Diperoleh RPL dan power point "hubungan dengan lawan jenis" untuk bimbingan klasikal serta mendownload video tentang pacaran dan pergaulan bebas dikelas. 3 jam	Masih ada siswa yang sering bergerak, melanggar dan mengobrol ketika upacara berlangsung.  Tidak ada hambatan	Penegak kedisiplinan dan Guru memperingatkan siswa yang sering bergerak dan mengobrol agar memperhatikan





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

		<p>Memberikan layanan klasikal di kelas X MIPA 3 “Peer Conseling”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa paham tentang peer counseling</li> <li>• Siswa aktif bertanya dan menjawab pertanyaan tentang peer counseling</li> <li>• Siswa menjawab pertanyaan tentang peer counselig dan pada soal no. 3 siswa menjawab pertanyaan yang menyatakan bersedia atau tidak untuk menjadi konselor teman sebaya</li> <li>• Dilaksanakan selama 1 jam</li> </ul>	<p>Siswa masih kebingungan untuk mengisi pertanyaan no. 3 dan ada beberapa item soal laiinya yang membuat siswa menjadi kebingungan</p>	<p>Praktikan menjelaskan hal yang dibingungkan dan yang ditanyakan oleh siswa</p>
		<p>X IPA 5 “Prasangka buruk”</p>	<p>Diikuti oleh seluruh siswa Siswa memahami tentang prasangka buruk Siswa memperoleh cara menghindari prasangka buruk dari diskusi yang mereka lakukan. Dilakukan selama 2 jam</p>	<p>Ada beberapa siswa yang tidak fokus mengikuti bimbingan karena pada jam terakhir</p>	<p>Melakukan ice breaking untuk mengembalikan semangat siswa</p>
	<p>Selasa, 25 Agustus 2015</p>	<p>Memeberikan layanan klasikal di kelas XIPA 4 “lingkungan baru teman baru”</p>	<p>Diikuti oleh seluruh siswa kelas X IPA 4, siswa memperoleh tentang cara bergaul dilingkungan baru dengan teman yang baru,</p>	<p>Banyak pertanyaan tentang lingkungan baru dan teman baru yang tidak disukai</p>	<p>Praktikan mencoba menjelaskan pertanyaan yang diajukan siswa</p>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

		Menata ruang PIK R	ada permainan yang dilakukan dalam penutupan layanan klasikal. Dilaksanakan 1 jam  Ruangan PIK R terta ulang dengan rapid an bersih. 3 jam	Tidak ada hambatan	
Rabu, 26 Agustus 2015	Memberikan layanan klasikal di kelas X IPA 6 “hubungan dengan lawan jenis”  Konsultasi dengan coordinator divisi kamar mandi dan peturasan  Pendataan kondisi kamar mandi	Diikuti oleh seluruh siswa, siswa sangat antusias mengikuti bimbingan klasikal. Siswa memahami dampak dari hubungan pacaran yang tidak sehat dan mengetahui bagaimana cara berhubungan yang baik dengan lawan jenis. 1 jam  Memperoleh data mengenai kondisi kamar yang ada dan program yang harus dilakukan. 1 jam  Memperoleh data tentang jumlah kamar mandi dan kekurangan sarana penunjang kamar mandi. 3 jam	Siswa mulai bosan dengan terlalu banyak materi yang disampaikan hanya lewat ceramah dan tanya jawab  Tidak ada hambatan  Tidak ada hambatan	Diputarkan sebuah video tentang pacaran yang tidak sehat dan siswa diminta mengambil hikmah dari video tersebut	
Kamis, 27 Agustus 2015	Piket Sekolah	Mengedarkan presensi ke setiap kelas, memencet bel tiap pergantian jam, menyampaikan tugas ke	Tidak ada hambatan		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

			kelas yang ditinggal gurunya dan mengambil presensi pada saat bel pulang. Dilaksanakan selama 7 jam		
	Jum'at, 28 Agustus 2015	Membuat RPL dan power point untuk bahan mengajar tentang "gaya belajar"	Diperoleh RPL dan power point "gaya belajar" untuk bimbingan klasikal dikelas. 3 jam	Tidak ada hambatan	
	Sabtu, 29 Agustus 2015	Membeli sarana dan prasarana ruang PIK R	Terbeli rak buku, ATK, fas bunga, Pengharum ruangan, dll. Sebagai penunjang ruang PIK R. 3 jam	Tidak ada hambatan	
	Senin, 31 Agustus 2015	Upacara	Diikuti seluruh siswa, guru, mahasiswa PPL UNY dan Sanata Dharma (Memakai pakaian adat jawa) dalam waktu 1 jam. Semua siswa disiplin ketika upacara berlangsung	Tidak ada hambatan	
		Menyusun RPL dan mendesain games tentang Konsentrasi	Diperoleh RPL dan games tentang konsentrasi. 2 jam	Tidak ada hambatan	
		Melaksanakan layanan klasikal di kelas X IPA 1 "Konsentrasi"	Terlebih dahulu siswa diajak bermain games tentang konsentrasi. Sebagian besar siswa antusias mengikuti	Tidak ada hambatan	



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

		Memberikan layanan klasikal di kelas X IPA 3 "emosi"	diskusi tentang bagaimana caranya meningkatkan konsentrasi. 1 jam  Diikuti oleh seluruh siswa Siswa memahami tentang emosi Siswa memperoleh cara mengendalikan emosi dari diskusi yang mereka lakukan. Dilakukan selama 2 jam	Ada beberapa siswa yang tidak fokus mengikuti bimbingan karena pada jam terakhir	Melakukan ice breaking untuk mengembalikan semangat siswa
	Selasa, 1 September 2015	Memberikan layanan klasikal di kelas X IPA 2 "Sopan Santun"  Konseling kelompok	Siswa antusias mengikuti layanan klasikal. Siswa diminta untuk berdiskusi tentang manfaat sopan santun, contoh sopan santun dalam kehidupan keluarga, masyarakat, dan sekolah. 1 jam Melakukan konseling kelompok di taman sekolah. 2 jam	Tidak ada hambatan  Tidak ada hambatan	
	Rabu, 2 September 2015	Menyusun RPL, mendesain games dan menyiapkan peralatan permainan kreatifitas  Melaksanakan bimbingan kelompok di kelas MIPA 6 "Kreatifitas"	Diperoleh RPL dan rancangan bimbingan kelompok dengan tema "Kreatifitas". 3 jam  Siswa mengikuti permainan dengan antusias, yaitu siswa menyebutkan fungsi lain dari botol air mialal	Tidak ada hambatan  Tidak ada hambatan	



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

			selain digunakan sebagai tempat air minum dalam waktu 10 detik. 1 jam		
	Kamis, 3 September 2015	Piket Sekolah	Mengedarkan presensi ke setiap kelas, memencet bel tiap pergantian jam, menyampaikan tugas ke kelas yang ditinggal gurunya dan mengambil presensi pada saat bel pulang. Dilaksanakan selama 7 jam	Tidak ada hambatan	
	Jumat, 4 September 2015	Sosialisasi Peer Counseling dan PKBR dari BKKBN Kab. Bantul	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan pembicara dari BKKBN Kab. Bantul</li> <li>• Mengisi materi tentang Peer Counseling dan PKBR (Persiapan keluarga berencana bagi remaja)</li> <li>• Diikuti oleh 40 siswa kelas X dan XI</li> <li>• Dilaksanakan selama 3 jam</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Persiapan yang kurang karena waktu yang mendadak</li> <li>• Waktu pelaksanaan yang tidak tepat waktu</li> </ul>	Pelaksanaan dilakukan secara sederhana Mengurangi kegiatan yang sudah direncanakan yang dianggap kurang begitu penting, tanpa mengurangi waktu pembicara
	Sabtu, 5 September 2015	Sosialisasi Jamu Tradisional	Menghadirkan pembicara dari Puskesmas Kasihan 1 Mengisi materi tentang jamu tradisional Diikuti oleh seluruh siswa kelas X, XI, XII Dilaksanakan selama 3 jam	Masih banyak siswa yang tidak memperhatikan pembicara dan banyak yang membuat forum sendiri didalam sebuah forum	Beberapa guru memberikan instruksi untuk tenang agar siswa memperhatikan pembicara Guru juga berkeliling agar siswa bisa tertib mengikuti sosialisasi



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

	Senin, 7 September 2015	<p>Upacara</p> <p>Menyusun desain bimbingan kelompok "Kenali dirimu dan temanmu" yang berupa permainan</p> <p>Bimbingan Kelompok dikelas X MIPA 3 "Kenali dirimu dan temanmu"</p> <p>Penyusunan RPL Bimbingan Kelompok Kerjasama</p> <p>Bimbingan Kelompok di kelas X MIPA 5 "Kerjasama"</p>	<p>Diikuti seluruh siswa, guru, mahasiswa PPL UNY dan Sanata Dharma dalam waktu 1 jam.</p> <p>Diperoleh RPL tentang kenali dirimu dan temanmu dan alat yang digunakan yaitu kertas dan pulpen. 2 jam</p> <p>Diikuti oleh seluruh siswa, siswa antusias untuk menulis tentang dirinya sendiri, menilai orang lain dari segi kelebihan dan kekurangan. 1 jam</p> <p>Diperoleh desain bimbingan kelompok dengan metode games dan alat yang digunakan yaitu tali rafia. 2 jam</p> <p>Melakukan bimbingan kelompok dengan membagi siswa kedalam 2 kelompok</p>	<p>Semua siswa menjadi lebih disiplin ketika upacara berlangsung Masih ada siswa yang sering bergerak, melanggar dan mengobrol ketika upacara berlangsung walaupun lebih baik dari minggu kemarin</p> <p>Tidak ada hambatan</p> <p>Masih ada beberapa siswa yang mencari-cari kertasnya diisi oleh siapa</p> <p>Tidak ada hambatan</p> <p>Ada beberapa siswa yang tidak bisa mengikuti permainan karena jumlahnya yang ganjil</p>	<p>Penegak kedisiplinan dan Guru memperingatkan siswa yang sering bergerak dan mengobrol agar memperhatikan. Bagi siswa yang melanggar akan dijadikan petugas upacara pada senin depan</p> <p>Membuat komitmen agar tetap fokus pada kertas yang sedang diisinya</p> <p>Siswa dijadikan ketua kelompok dan ada yang diarahkan untuk menjadi instruktur permainan</p>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

			beranggotakan 12 anak dan mereka melakukan permainan tali rafia. 1 jam		
	Selasa, 8 September 2015	Membuat desain tulisan himbauan dan slogan tentang kebersihan kamar mandi  Mencetak dan laminasi tulisan himbauan dan slogan tentang kebersihan kamar mandi	Memperoleh 3 desain tentang kebersihan kamar mandi. 2 jam  Tercetak sebanyak 32 dari masing-masing slogan. Sehingga jumlah total pencetakan adal 96 buah. 3 jam	Tidak ada hambatan  Tidak ada hambatan	
	Rabu, 9 September 2015	Menempel tulisan himbauan dan slogan di setiap kamar mandi  Menempel plang UKS di depan masing-masing kelas	Tertempel di setiap kamar mandi dengan jumlah total kamar mandi adalah 26. 3 jam Tertempel 24 plang uks. 3 jam	Tidak ada hambatan  Tidak ada hambatan	
	Kamis, 10 September 2015	Piket Sekolah	Mengedarkan presensi ke setiap kelas, memencet bel tiap pergantian jam, menyampaikan tugas ke kelas yang ditinggal gurunya dan mengambil presensi pada saat bel pulang. Dilaksanakan selama 7 jam	Tidak ada hambatan	



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

	Jumat, 11 September 2015	<p>Memberikan layanan klasikal di kelas X IPS 1 "Gaya Belajar"</p> <p>Konseling Individual</p>	<p>Diikuti oleh seluruh siswa. Siswa mengisi angket pernyataan tentang gaya belajar. Siswa memahami materi layanan tentang gaya belajar. Dilaksanakan selama 1 jam</p> <p>Melakukan konseling individual dengan konseli G di taman sekolah, selama 2 jam</p>	Ada beberapa siswa yang tidak memahami pernyataan yang ada di angket gaya beajar	Mahasiswa BK PPL UNY menjelaskan pernyataan yang tidak dipahami oleh siswa tersebut
	Sabtu, 12 September 2015	Penarikan PPL UNY	Mahasiswa PPL UNY ditarik secara resmi dari SMA Negeri 1 Kasihan. Dilaksanakan selama 2 jam	Tidak ada hambatan	





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL / MAGANG III

Bantul, September 2015

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa,

**Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si**

**NIP. 19660115 199303 1 003**

**Hartuti, S. Pd.**

**NIP. 19670809 199802 2 001**

**Sangaji Dwi Saputra**

**NIM. 12104244018**

Hasil Angket Gaya Belajar

Kelas X MIPA 2

No	Nama	Jumlah item gaya belajar yang dipilih			Keterangan
		Visual	Auditori	Kinestetik	
1	Adel Wicaksana	3	4	7	Kinestetik
2	Alif Hidayat	3	5	8	Kinestetik
3	Anggun Permata	5	8	8	Auditori, Kinestetik
4	Arif Rizki	5	3	9	Kinestetik
5	Atina Salsabila	2	6	6	Auditori, Kinestetik
6	Aziz Fikri	5	9	10	Kinestetik
7	Cindy Rahma	6	8	8	Auditori, Kinestetik
8	Dinda Trini	4	6	10	Kinestetik
9	Erika Karina				
10	Erwinda Latifa	5	5	8	Kinestetik
11	Eta Indriasari	3	4	3	Auditori
12	Febi Dewi	3	5	4	Auditori
13	Febrilia Catur	6	6	6	Visual
14	Gita Yanamal	4	8	6	Auditori
15	Happynski Puspita				
16	Haya Yumna				
17	I Gusti Bagus	7	7	10	Kinestetik
18	Januavera				
19	Karyza Akbar	10	4	10	Visual, Kinestetik
20	Khairunnisa Luthfi				
21	Livia Viantika	4	6	2	Auditori
22	Muh. Ashari	3	6	5	Auditori
23	Muh. Raihan	7	5	9	Kinestetik
24	Nabila Aqidatul	8	7	8	Visual, Kinestetik
25	Nafisah Nur	8	8	7	Visual, Auditori
26	Nikolas Ananda	7	7	4	Visual, Auditori
27	Santi KUmala	3	5	4	Auditori
28	Ajeng 'Aini halimah	5	8	10	Kinestetik

## **Laporan Hasil Pelaksanaan Konseling Kelompok**

**A. Nama siswa** : J & A

**B. Kelas** : XII

**C. Masalah** :

Konseli memiliki permasalahan yang sama yaitu tentang sahabatnya (sebut saja F) yang menjauhi mereka. Sebelumnya waktu kelas XI, F itu sangat dekat dengan mereka. Tetapi setelah berpacaran dengan C dan D, F mulai agak menjauhi. J & A bilang kalau misalkan F mendekati mereka, C & D menjadi iri atau cemburu, padahal F tidak ada maksud apapun terhadap mereka. Contohnya ketika di kelas, ketika F mendekati J, C seperti cemburu dengan J. Padahal sekarang, posisi F telah putus dengan C.

J & A merasa rindu dengan kebersamaan mereka waktu kelas XI. Walaupun dulu J memendam rasa ke F, tapi sekarang sudah tidak lagi dan hanya ingin seperti sahabat seperti biasanya.

J & A pernah bicara ke F akan sikap dan perilakunya yang berbeda terhadap mereka, tetapi F tidak jujur dan bilang biasa saja. Tapi J & A merasa tetap F agak menjauhi mereka.

Dari masalah tersebut, J & A ingin sekali membuat suasana pertemanan mereka seperti dulu lagi.

**D. Pemecah** :

Konselor menyadari bahwa masalah yang dialami oleh konselinya mengenai persahabatan sangatlah wajar dan sangatlah sering terjadi kalangan remaja.

Konselor menerapkan konseling dengan pendekatan realitas. Konselor menanyakan keinginan J & A, yaitu

ingin membuat suasana persahabatan seperti dulu lagi. Kemudian konselor, menanyakan apa yang akan dilakukannya. Hal yang dilakukannya yaitu mengajak bicara, mengajak makan, dan mengajak main. Dari ketiga hal tersebut, J & A cenderung memilih mengajak bicara terlebih dahulu pada besok hari untuk mengajak makan. Setelah diajak bicara, J & A bilang ada progress yang positif, F menjadi agak dekat dengan mereka. F mau diajak mereka untuk makan bersama. Karena selain makan bersama, J & A akan berbicara dengan F akan apa yang dirasakan mereka dan apa yang diinginkannya.

**E. Tindak lanjut :**

Konselor berharap konseli dapat menyelesaikan permasalahannya secara mandiri dengan penuh tanggungjawab. Konselor tetap mengawasi perkembangannya mereka dengan F. Apakah menjadi lebih baik atau sebaliknya menjadi kurang akrab.

Guru Pembimbing,

Kasihani, September 2015

Mahasiswa PPL

Hartuti, S. Pd

Sangaji Dwi Saputra

**NIP. 19670809 199802 2 001**

**NIM. 12104244018**

Nama :  
No. Absen :  
Kelas :

### MENGETAHUI GAYA BELAJAR

Tanggapilah pernyataan-pernyataan berikut ini dengan melingkari nomor yang sesuai dengan keadaan anda.

1. Saya lebih suka mendengarkan informasi yang ada di kaset dari pada membaca buku.
2. Jika saya mengerjakan sesuatu, saya selalu membaca instruksi terlebih dahulu.
3. Saya lebih suka membaca daripada mendengarkan kuliah/ceramah.
4. Saat saya seorang diri, saya biasanya memainkan musik atau lagu atau bernyanyi.
5. Saya lebih suka berolahraga dari pada membaca buku.
6. Saya selalu dapat menunjukan arah utara atau selatan di mana pun saya berada.
7. Saya suka menulis surat atau artikel.
8. Saat saya berbicara, saya suka mengatakan, "saya mendengar anda, itu terdengar bagus, itu bunyinya bagus".
9. Ruangan, meja, kamar, atau rumah saya biasanya berantakan/tidak teratur.
10. Saya suka merancang, mengerjakan, dan membuat sesuatu dengan kedua tangan saya.
11. Saya tahu hampir semua kata-kata dari lagu yang saya dengar.
12. Ketika mendengar orang lain berbicara, saya biasanya membuat gambar dari apa yang mereka katakan dalam pikiran saya.
13. Saya suka berolahraga dan saya rasa saya adalah olahragawan yang baik.
14. Mudah sekali bagi saya untuk mengobrol dalam waktu yang lama dengan kawan saya saat berbicara di telepon.
15. Tanpa musik, hidup amat membosankan.
16. Saya sangat senang berkumpul dan biasanya dapat dengan mudah berbicara dengan siapa saja.
17. Saat melihat obyek dalam bentuk gambar, saya dapat dengan mudah mengenali obyek yang sama walaupun posisi obyek itu diputar atau dirubah.
18. Saya biasanya mengatakan, "saya rasa, saya perlu menemukan pijakan atas hal ini, atau saya ingin bisa menangani hal ini".
19. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering sekali melihat pengalaman itu dalam bentuk gambar di dalam pikiran saya.
20. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering kali mendengar suara dan berbicara pada diri saya mengenai pengalaman itu.
21. Saat mengingat suatu pengalaman, saya sering kali ingat bagaimana perasaan saya terhadap pengalaman itu.
22. Saya lebih suka musik daripada seni lukis.
23. Saya sering mencoret-coret kertas saat berbicara di telepon atau dalam suatu pertemuan.
24. Saya lebih suka melakukan contoh peragaan dari pada membuat laporan tertulis atas suatu kejadian.
25. Saya lebih suka membacakan cerita daripada mendengarkan cerita.
26. Saya biasanya berbicara dengan perlahan.
27. Saya lebih suka berbicara daripada menulis.
28. Tulisan tangan saya biasanya tidak rapi.
29. Saya biasanya menggunakan jari saya untuk menunjuk kalimat yang saya baca.
30. Saya dapat dengan cepat melakukan penjumlahan dan perkalian dalam pikiran saya.
31. Saya suka mengeja dan saya pikir saya pintar mengeja kata-kata.
32. Saya akan sangat terganggu apabila ada orang yang berbicara pada saat saya sedang menonton televisi.
33. Saya suka mencatat perintah atau instruksi yang disampaikan kepada saya.
34. Saya dapat mengingat dengan mudah apa yang dikatakan orang.
35. Saya paling mudah belajar sambil mempraktekkan/melakukan.
36. Sangat sulit bagi saya untuk duduk diam dalam waktu yang lama.

Lingkarilah angka berikut ini sesuai dengan pernyataan yang anda pilih. Jumlahkan total untuk setiap kategori. Semakin tinggi angka pada kategori tertentu berarti semakin suka anda menggunakan gaya belajar itu. Misalnya, pada gaya belajar visual, anda melingkari jawaban 2, 6, 7, dan 12. Maka skor total anda adalah 4 (karena anda memilih 4 nomor). Demikian seterusnya. Yang perlu diingat, anda mungkin saja menggunakan lebih dari satu gaya belajar.

Gaya belajar visual

total

2   3   6   7   12   17

19   23   25   30   31   33

\_\_\_\_\_



Gaya belajar auditorial

total

1   4   8   11   14   15

16   20   22   27   32   34

\_\_\_\_\_



Gaya belajar kinestetik

total

5   9   10   13   18   21

24   26   28   29   35   36

\_\_\_\_\_



**PENILAIAN HASIL**  
**LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

**Hari, Tanggal Layanan** : Rabu, 19 Agustus 2015  
**Jenis Layanan** : Bimbingan Klasikal  
**Pemberi Layanan** : Mahasiswa BK PPL UNY

Proses bimbingan kelas dapat berjalan dengan lancar, siswa dapat mengikuti layanan bimbingan dengan baik, terlihat dari beberapa siswa yang mampu merespon baik saat praktikan memberikan pertanyaan. Saat proses bimbingan berjalan pun siswa secara aktif mengikuti layanan yang diberikan, mereka merespon positif dan ketagihan untuk layanan Bimbingan dan Konseling di kelas.

Bimbingan berjalan lancar, walaupun pada awalnya siswa banyak yang masih malas untuk memperhatikan praktikan menyampaikan materi, namun ketika sesi permainan, semua siswa menjadi bersemangat kembali ketika praktikan menyampaikan materi. Setelah diberikannya materi mengenai “Adaptasi” , siswa menjadi paham memahami lingkungan dan teman baru di sekolah.

1. Topik-topik yang telah dibahas yaitu mengenai cara mudah beradaptasi dilingkungan baru
2. Hal-hal atau pemahaman baru yang diperoleh yaitu cara mudah beradaptasi dilingkungan baru
3. Setelah mengikuti layanan siswa mendapatkan hikmah dan makna dari permainan Rantai Nama
4. Bagi siswa yang kurang bisa beradaptasi dengan baik menjadi lebih tahu caranya dan bisa beradaptasi dilingkungan baru

